



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

evaluación detallada

Gerhardt, Lutz

Asociación: Erfurt

Dorsal: 1268

recorrido: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

categoría:

Senioren M60 (60-69 Jahre)

tiempo total: 54:00

velocidad: 11.11 km/h

rendimiento en carrera: 5:24 min/km

posición en el recorrido/Total: 486 (de 686)

posición en el recorrido/Men: 420 (de 543)

mejor tiempo del recorrido: 29:39

posición en la categoría: 17(de 25)

mejor tiempo en la categoría: 42:27

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	stage score			Total score							
				retraso	posición	retraso	Total km	Total tiempo	Total posición	retraso	posición	retraso		
			retraso	posición	retraso				retraso	posición	retraso			
Runde	2.00	11:59	5:59	20	3:46	503	5:57	2.00	11:59	5:59	8	0:03	417	5:57
Runde	2.00	10:41	5:20	17	2:11	444	4:44	4.00	22:40	5:40	8		415	10:41
Runde	2.00	10:32	5:15	15	1:57	398	4:37	6.00	33:12	5:32	8		414	15:18
Runde	2.00	10:27	5:13	12	1:47	359	4:32	8.00	43:39	5:27	8		419	19:50
Leichtathletikhalle	2.00	10:21	5:10	13	1:53	386	4:31	10.00	54:00	5:24	17	11:33	420	24:21