40. Erfurter Silvesterlauf
Erfurt / 31.12.2013

evaluación detallada

Döring, Dirk

Asociación: Erfurt
Dorsal: 1247

recorrido: 10.00 km
Wertungslauf um den Braugold-Pokal

categoría:
Senioren M40 (40-49 Jahre)

tiempo total: 49:27

velocidad: 12.13 km/h
rendimiento en carrera: 4:56 min/km

posición en el recorrido/Total: 314 (de 686)
posición en el recorrido/Men: 283 (de 543)
mejor tiempo del recorrido: 29:39

posición en la categoría: 97(de 178)
mejor tiempo en la categoría: 37:27

tiempos parciales

control	etapa km	etapa tiempo	etapa min/km	posició categor	retraso categoría	posició Men	retraso Men	Total km	Total tiempo	Total min/km	posició categor	retraso categoría	posició Men	retraso Men
	stage score							Total score						
Runde	2.00	10:41	5:20	112	3:30	354	4:39	2.00	10:41	5:20	146	2:42	206	4:39
Runde	2.00	9:24	4:42	80	2:04	230	3:27	4.00	20:05	5:01	145	2:49	434	8:06
Runde	2.00	9:38	4:48	88	2:03	251	3:43	6.00	29:43	4:57	144	7:37	433	11:49
Runde	2.00	9:56	4:58	98	2:11	277	4:01	8.00	39:39	4:57	143	9:48	432	15:50
Leichtathletikhal	2.00	9:48	4:54	105	2:20	294	3:58	10.00	49:27	4:56	97	12:00	283	19:48