



## 40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

### evaluación detallada

**Bock, Thomas**

Asociación: Plaue

Dorsal: 1164

recorrido: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

categoría:

Senioren M50 (50-59 Jahre)

tiempo total: 1:00:32

velocidad: 9.91 km/h

rendimiento en carrera: 6:03 min/km

posición en el recorrido/Total: 634 (de 686)

posición en el recorrido/Men: 516 (de 543)

mejor tiempo del recorrido: 29:39

posición en la categoría: 100(de 107)

mejor tiempo en la categoría: 39:41

### tiempos parciales

### stage score

### Total score

| control             | etapa | etapa  | etapa  | posició   | retraso   | posició | retraso | Total | Total   | Total | posició   | retraso   | posició | retraso |
|---------------------|-------|--------|--------|-----------|-----------|---------|---------|-------|---------|-------|-----------|-----------|---------|---------|
|                     | km    | tiempo | min/km | categoría | categoría | Men     | Men     |       |         |       | categoría | categoría | Men     | Men     |
| Runde               | 2.00  | 12:40  | 6:19   | 98        | 5:05      | 525     | 6:38    | 2.00  | 12:40   | 6:19  | 66        | 5:05      | 376     | 6:38    |
| Runde               | 2.00  | 11:28  | 5:44   | 91        | 3:31      | 498     | 5:31    | 4.00  | 24:08   | 6:01  | 89        | 8:33      | 384     | 12:09   |
| Runde               | 2.00  | 11:45  | 5:52   | 97        | 3:38      | 503     | 5:50    | 6.00  | 35:53   | 5:58  | 89        | 12:11     | 459     | 17:59   |
| Runde               | 2.00  | 12:10  | 6:04   | 100       | 4:06      | 512     | 6:15    | 8.00  | 48:03   | 6:00  | 89        | 16:17     | 458     | 24:14   |
| Leichtathletikhalle | 2.00  | 12:29  | 6:14   | 102       | 4:34      | 520     | 6:39    | 10.00 | 1:00:32 | 6:03  | 100       | 20:51     | 516     | 30:53   |