



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

evaluación detallada

Bechstein, Michael

Asociación: Sonntagsläufer Tambach-Dietharz

Dorsal: 1245

recorrido: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

categoría:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

tiempo total: 58:38

velocidad: 10.23 km/h

rendimiento en carrera: 5:52 min/km

posición en el recorrido/Total: 601 (de 686)

posición en el recorrido/Men: 499 (de 543)

mejor tiempo del recorrido: 29:39

posición en la categoría: 166(de 178)

mejor tiempo en la categoría: 37:27

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	11:24	5:42	142	4:13	428	5:22	2.00	11:24	5:42	95	3:25	271	5:22
Runde	2.00	11:16	5:38	168	3:56	490	5:19	4.00	22:40	5:40	155	5:24	415	10:41
Runde	2.00	11:44	5:51	168	4:09	500	5:49	6.00	34:24	5:44	154	12:18	469	16:30
Runde	2.00	12:21	6:10	170	4:36	516	6:26	8.00	46:45	5:50	153	16:54	468	22:56
Leichtathletikhalle	2.00	11:53	5:56	167	4:25	507	6:03	10.00	58:38	5:51	166	21:11	499	28:59