



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

evaluación detallada

Knoll, Markus

Asociación: KS Sportsworld

Dorsal: 1433

recorrido: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

categoría:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

tiempo total: 42:56

velocidad: 13.98 km/h

rendimiento en carrera: 4:17 min/km

posición en el recorrido/Total: 95 (de 686)

posición en el recorrido/Men: 87 (de 543)

mejor tiempo del recorrido: 29:39

posición en la categoría: 23(de 178)

mejor tiempo en la categoría: 37:27

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	posición	retraso	posición	retraso	posición	retraso	posición	retraso	posición
Runde	2.00	8:22	4:11	23	1:11	81	2:20	2.00	8:22	4:11	162	0:23	488	2:20
Runde	2.00	8:36	4:17	31	1:16	101	2:39	4.00	16:58	4:14	161		69	4:59
Runde	2.00	8:43	4:21	32	1:08	103	2:48	6.00	25:41	4:16	160	3:35	485	7:47
Runde	2.00	8:52	4:26	34	1:07	101	2:57	8.00	34:33	4:19	26	4:42	90	10:44
Leichtathletikhalle	2.00	8:23	4:11	19	0:55	73	2:33	10.00	42:56	4:17	23	5:29	87	13:17