



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

evaluación detallada

Thon, Benjamin

Asociación: Jena

Dorsal: 1475

recorrido: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

categoría:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

tiempo total: 1:02:10

velocidad: 9.65 km/h

rendimiento en carrera: 6:13 min/km

posición en el recorrido/Total: 647 (de 686)

posición en el recorrido/Men: 521 (de 543)

mejor tiempo del recorrido: 29:39

posición en la categoría: 132(de 136)

mejor tiempo en la categoría: 32:18

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		
				Men	Men	Men	Men	Men	Men	Men	Men	Men	Men	Men
Runde	2.00	11:30	5:45	118	5:05	444	5:28	2.00	11:30	5:45	67	5:05	236	5:28
Runde	2.00	11:52	5:56	131	5:20	518	5:55	4.00	23:22	5:50	135	10:25	538	11:23
Runde	2.00	13:14	6:36	135	6:34	535	7:19	6.00	36:36	6:06	135	16:59	537	18:42
Runde	2.00	12:46	6:23	133	6:18	526	6:51	8.00	49:22	6:10	135	23:17	536	25:33
Leichtathletikh	2.00	12:48	6:24	134	6:35	523	6:58	10.00	1:02:10	6:13	132	29:52	521	32:31