



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

evaluación detallada

Schleef, Ronny

Asociación: Baldur auf Tour

Dorsal: 675

recorrido: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

categoría:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

tiempo total: 43:07

velocidad: 13.92 km/h

rendimiento en carrera: 4:19 min/km

posición en el recorrido/Total: 99 (de 686)

posición en el recorrido/Men: 90 (de 543)

mejor tiempo del recorrido: 29:39

posición en la categoría: 24(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	9:55	4:57	83	2:44	251	3:53	2.00	9:55	4:57	30	1:56	96	3:53
Runde	2.00	8:27	4:13	20	1:07	80	2:30	4.00	18:22	4:35	30	1:06	95	6:23
Runde	2.00	8:22	4:11	13	0:47	56	2:27	6.00	26:44	4:27	29	4:38	94	8:50
Runde	2.00	8:16	4:08	11	0:31	45	2:21	8.00	35:00	4:22	23	5:09	82	11:11
Leichtathletikh	2.00	8:07	4:03	11	0:39	52	2:17	10.00	43:07	4:18	24	5:40	90	13:28