



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

evaluación detallada

Schröder, Daniel

Asociación: LG Sonneborn

Dorsal: 900

recorrido: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

categoría:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

tiempo total: 43:46

velocidad: 13.71 km/h

rendimiento en carrera: 4:23 min/km

posición en el recorrido/Total: 115 (de 686)

posición en el recorrido/Men: 106 (de 543)

mejor tiempo del recorrido: 29:39

posición en la categoría: 31(de 136)

mejor tiempo en la categoría: 32:18

tiempos parciales

stage score

Total score

| control | etapa km | etapa tiempo | etapaposisió min/km | retraso | | | Total km | Total tiempo | Total min/km | retraso | | | Total Men | Total Men |
|-----------------|-------------|-----------------|------------------------|----------|-----------|-----|-------------|-----------------|-----------------|----------|-----------|-------|--------------|--------------|
| | | | | posición | categoría | Men | | | | posición | categoría | Men | | |
| Runde | 2.00 | 8:56 | 4:28 | 38 | 2:31 | 134 | 2:54 | 2.00 | 8:56 | 4:28 | 29 | 2:31 | 108 | 2:54 |
| Runde | 2.00 | 8:44 | 4:21 | 38 | 2:12 | 122 | 2:47 | 4.00 | 17:40 | 4:25 | 28 | 4:43 | 107 | 5:41 |
| Runde | 2.00 | 8:47 | 4:23 | 32 | 2:07 | 112 | 2:52 | 6.00 | 26:27 | 4:24 | 28 | 6:50 | 106 | 8:33 |
| Runde | 2.00 | 8:50 | 4:25 | 28 | 2:22 | 96 | 2:55 | 8.00 | 35:17 | 4:24 | 28 | 9:12 | 105 | 11:28 |
| Leichtathletikh | 2.00 | 8:29 | 4:14 | 29 | 2:16 | 85 | 2:39 | 10.00 | 43:46 | 4:22 | 31 | 11:28 | 106 | 14:07 |