



## 40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

### evaluación detallada

Höhne, Andreas

Asociación: LTV Erfurt

Dorsal: 1182

recorrido: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

categoría:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

tiempo total: 43:48

velocidad: 13.70 km/h

rendimiento en carrera: 4:23 min/km

posición en el recorrido/Total: 117 (de 686)

posición en el recorrido/Men: 108 (de 543)

mejor tiempo del recorrido: 29:39

posición en la categoría: 34(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  | 9:30   | 4:45   | 62        | 2:19      | 188     | 3:28    | 2.00  | 9:30  | 4:45  | 38        | 1:31      | 112     | 3:28    |
| Runde               | 2.00  | 8:33   | 4:16   | 27        | 1:13      | 94      | 2:36    | 4.00  | 18:03 | 4:30  | 38        | 0:47      | 111     | 6:04    |
| Runde               | 2.00  | 8:35   | 4:17   | 22        | 1:00      | 81      | 2:40    | 6.00  | 26:38 | 4:26  | 37        | 4:32      | 107     | 8:44    |
| Runde               | 2.00  | 8:40   | 4:19   | 20        | 0:55      | 77      | 2:45    | 8.00  | 35:18 | 4:24  | 36        | 5:27      | 103     | 11:29   |
| Leichtathletikhalle | 2.00  | 8:30   | 4:15   | 23        | 1:02      | 88      | 2:40    | 10.00 | 43:48 | 4:22  | 34        | 6:21      | 108     | 14:09   |