



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

evaluación detallada

Kretschmer, Torsten

Asociación: Erfurt

Dorsal: 1337

recorrido: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

categoría:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

tiempo total: 43:24

velocidad: 13.82 km/h

rendimiento en carrera: 4:20 min/km

posición en el recorrido/Total: 109 (de 686)

posición en el recorrido/Men: 100 (de 543)

mejor tiempo del recorrido: 29:39

posición en la categoría: 30(de 136)

mejor tiempo en la categoría: 32:18

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	8:36	4:17	25	2:11	90	2:34	2.00	8:36	4:17	30	2:11	98	2:34
Runde	2.00	8:27	4:13	27	1:55	80	2:30	4.00	17:03	4:15	29	4:06	97	5:04
Runde	2.00	8:52	4:26	35	2:12	120	2:57	6.00	25:55	4:19	29	6:18	96	8:01
Runde	2.00	8:58	4:29	33	2:30	115	3:03	8.00	34:53	4:21	29	8:48	84	11:04
Leichtathletikhalle	2.00	8:31	4:15	31	2:18	90	2:41	10.00	43:24	4:20	30	11:06	100	13:45