



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

evaluación detallada

Becker, Jörg

Asociación: Erfurt

Dorsal: 1154

recorrido: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

categoría:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

tiempo total: 44:29

velocidad: 13.49 km/h

rendimiento en carrera: 4:27 min/km

posición en el recorrido/Total: 129 (de 686)

posición en el recorrido/Men: 119 (de 543)

mejor tiempo del recorrido: 29:39

posición en la categoría: 35(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	8:30	4:15	24	2:05	87	2:28	2.00	8:30	4:15	35	2:05	70	2:28
Runde	2.00	8:45	4:22	40	2:13	125	2:48	4.00	17:15	4:18	26	4:18	85	5:16
Runde	2.00	8:54	4:27	39	2:14	128	2:59	6.00	26:09	4:21	34	6:32	66	8:15
Runde	2.00	9:13	4:36	48	2:45	159	3:18	8.00	35:22	4:25	34	9:17	125	11:33
Leichtathletikhalle	2.00	9:07	4:33	56	2:54	184	3:17	10.00	44:29	4:26	35	12:11	119	14:50