



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

evaluación detallada

Richardt, Torsten

Asociación: TSV Alperstedt

Dorsal: 1561

recorrido: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

categoría:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

tiempo total: 45:28

velocidad: 13.20 km/h

rendimiento en carrera: 4:33 min/km

posición en el recorrido/Total: 170 (de 686)

posición en el recorrido/Men: 154 (de 543)

mejor tiempo del recorrido: 29:39

posición en la categoría: 53(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	9:23	4:41	58	2:12	177	3:21	2.00	9:23	4:41	53	1:24	146	3:21
Runde	2.00	8:53	4:26	49	1:33	153	2:56	4.00	18:16	4:33	53	1:00	145	6:17
Runde	2.00	8:59	4:29	43	1:24	134	3:04	6.00	27:15	4:32	52	5:09	144	9:21
Runde	2.00	9:12	4:35	53	1:27	151	3:17	8.00	36:27	4:33	51	6:36	143	12:38
Leichtathletikhalle	2.00	9:01	4:30	61	1:33	169	3:11	10.00	45:28	4:32	53	8:01	154	15:49