



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

evaluación detallada

Stasulewitz, Ingo

Asociación: Gotha

Dorsal: 1283

recorrido: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

categoría:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

tiempo total: 48:23

velocidad: 12.40 km/h

rendimiento en carrera: 4:50 min/km

posición en el recorrido/Total: 272 (de 686)

posición en el recorrido/Men: 248 (de 543)

mejor tiempo del recorrido: 29:39

posición en la categoría: 87(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	9:46	4:53	75	2:35	227	3:44	2.00	9:46	4:53	65	1:47	178	3:44
Runde	2.00	9:42	4:50	97	2:22	284	3:45	4.00	19:28	4:51	65	2:12	177	7:29
Runde	2.00	9:40	4:49	90	2:05	256	3:45	6.00	29:08	4:51	64	7:02	176	11:14
Runde	2.00	9:54	4:57	96	2:09	270	3:59	8.00	39:02	4:52	63	9:11	175	15:13
Leichtathletikhalle	2.00	9:21	4:40	80	1:53	226	3:31	10.00	48:23	4:50	87	10:56	248	18:44