



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

evaluación detallada

Lange, Jürgen

Asociación: Rennsteiglaufverein

Dorsal: 677

recorrido: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

categoría:

Senioren M50 (50-59 Jahre)

tiempo total: 47:24

velocidad: 12.66 km/h

rendimiento en carrera: 4:44 min/km

posición en el recorrido/Total: 235 (de 686)

posición en el recorrido/Men: 216 (de 543)

mejor tiempo del recorrido: 29:39

posición en la categoría: 30(de 107)

mejor tiempo en la categoría: 39:41

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	stage score			Total score							
				retraso	posición	retraso	Total km	Total tiempo	Total posición	retraso	posición	retraso		
			retraso	posición	retraso	posición	retraso	posición	retraso	posición	retraso	posición	retraso	posición
Runde	2.00	9:30	4:45	26	1:55	188	3:28	2.00	9:30	4:45	22	1:55	112	3:28
Runde	2.00	9:27	4:43	32	1:30	239	3:30	4.00	18:57	4:44	22	3:22	188	6:58
Runde	2.00	9:30	4:45	30	1:23	228	3:35	6.00	28:27	4:44	22	4:45	187	10:33
Runde	2.00	9:36	4:47	32	1:32	226	3:41	8.00	38:03	4:45	22	6:17	186	14:14
Leichtathletikh	2.00	9:21	4:40	33	1:26	226	3:31	10.00	47:24	4:44	30	7:43	216	17:45