



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

evaluación detallada

Golschewski, Jörg

Asociación: Erfurt

Dorsal: 1054

recorrido: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

categoría:

Senioren M50 (50-59 Jahre)

tiempo total: 48:41

velocidad: 12.32 km/h

rendimiento en carrera: 4:52 min/km

posición en el recorrido/Total: 281 (de 686)

posición en el recorrido/Men: 255 (de 543)

mejor tiempo del recorrido: 29:39

posición en la categoría: 37(de 107)

mejor tiempo en la categoría: 39:41

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa min/km	stage score			Total score							
				posición categoría	retraso Men	posición Men	Total km	Total tiempo	Total min/km	posición categoría	retraso Men	posición Men		
Runde	2.00	9:18	4:39	22	1:43	165	3:16	2.00	9:18	4:39	24	1:43	99	3:16
Runde	2.00	9:28	4:44	34	1:31	244	3:31	4.00	18:46	4:41	24	3:11	199	6:47
Runde	2.00	9:51	4:55	45	1:44	294	3:56	6.00	28:37	4:46	24	4:55	198	10:43
Runde	2.00	10:05	5:02	51	2:01	307	4:10	8.00	38:42	4:50	24	6:56	197	14:53
Leichtathletikhalle	2.00	9:59	4:59	56	2:04	328	4:09	10.00	48:41	4:52	37	9:00	255	19:02