



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

evaluación detallada

Schirmmacher, Dirk

Asociación: Borbet LSZ

Dorsal: 1078

recorrido: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

categoría:

Senioren M50 (50-59 Jahre)

tiempo total: 50:20

velocidad: 11.92 km/h

rendimiento en carrera: 5:02 min/km

posición en el recorrido/Total: 346 (de 686)

posición en el recorrido/Men: 313 (de 543)

mejor tiempo del recorrido: 29:39

posición en la categoría: 51(de 107)

mejor tiempo en la categoría: 39:41

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	10:04	5:01	43	2:29	268	4:02	2.00	10:04	5:01	27	2:29	211	4:02
Runde	2.00	9:51	4:55	50	1:54	307	3:54	4.00	19:55	4:58	27	4:20	209	7:56
Runde	2.00	10:07	5:03	57	2:00	327	4:12	6.00	30:02	5:00	27	6:20	208	12:08
Runde	2.00	10:21	5:10	67	2:17	350	4:26	8.00	40:23	5:02	27	8:37	207	16:34
Leichtathletikhalle	2.00	9:57	4:58	53	2:02	322	4:07	10.00	50:20	5:01	51	10:39	313	20:41