



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

evaluación detallada

Rose, Frank

Asociación: Behringen

Dorsal: 828

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: 347 (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	11:16	5:38	75	3:41	416	5:14	2.00	11:16	5:38	29	3:41	221	5:14
Runde	2.00	9:50	4:55	48	1:53	303	3:53	4.00	21:06	5:16	29	5:31	219	9:07
Runde	2.00	9:49	4:54	43	1:42	282	3:54	6.00	30:55	5:09	29	7:13	218	13:01
Runde	2.00	9:48	4:54	39	1:44	257	3:53	8.00	40:43	5:05	29	8:57	217	16:54
Leichtathletikhalle	2.00	9:37	4:48	42	1:42	268	3:47	10.00	50:20	5:01	51	10:39	313	20:41