



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

evaluación detallada

Förter, René

Asociación: Suhler Döllbergverein Skialpine e.V.

Dorsal: 976

recorrido: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

categoría:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

tiempo total: 50:08

velocidad: 11.97 km/h

rendimiento en carrera: 5:01 min/km

posición en el recorrido/Total: 335 (de 686)

posición en el recorrido/Men: 303 (de 543)

mejor tiempo del recorrido: 29:39

posición en la categoría: 87(de 136)

mejor tiempo en la categoría: 32:18

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	10:21	5:10	86	3:56	308	4:19	2.00	10:21	5:10	63	3:56	205	4:19
Runde	2.00	9:30	4:45	75	2:58	250	3:33	4.00	19:51	4:57	62	6:54	222	7:52
Runde	2.00	9:49	4:54	80	3:09	282	3:54	6.00	29:40	4:56	62	10:03	221	11:46
Runde	2.00	10:11	5:05	92	3:43	327	4:16	8.00	39:51	4:58	62	13:46	201	16:02
Leichtathletikhalle	2.00	10:17	5:08	101	4:04	374	4:27	10.00	50:08	5:00	87	17:50	303	20:29