



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

evaluación detallada

Wiederhold, Roland

Asociación: Team Märchenviertel Weimar

Dorsal: 806

recorrido: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

categoría:

Senioren M50 (50-59 Jahre)

tiempo total: 52:08

velocidad: 11.51 km/h

rendimiento en carrera: 5:13 min/km

posición en el recorrido/Total: 422 (de 686)

posición en el recorrido/Men: 370 (de 543)

mejor tiempo del recorrido: 29:39

posición en la categoría: 68(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	10:05	5:02	45	2:30	273	4:03	2.00	10:05	5:02	23	2:30	194	4:03
Runde	2.00	10:15	5:07	67	2:18	385	4:18	4.00	20:20	5:04	35	4:45	238	8:21
Runde	2.00	10:12	5:05	62	2:05	342	4:17	6.00	30:32	5:05	35	6:50	237	12:38
Runde	2.00	10:38	5:18	76	2:34	396	4:43	8.00	41:10	5:08	35	9:24	236	17:21
Leichtathletikhalle	2.00	10:58	5:29	85	3:03	445	5:08	10.00	52:08	5:12	68	12:27	370	22:29