



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

evaluación detallada

Wolter, Steffen

Asociación: RennsteigSpirit

Dorsal: 1024

recorrido: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

categoría:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

tiempo total: 50:09

velocidad: 11.96 km/h

rendimiento en carrera: 5:01 min/km

posición en el recorrido/Total: 336 (de 686)

posición en el recorrido/Men: 304 (de 543)

mejor tiempo del recorrido: 29:39

posición en la categoría: 103(de 178)

mejor tiempo en la categoría: 37:27

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	10:34	5:16	109	3:23	343	4:32	2.00	10:34	5:16	104	2:35	269	4:32
Runde	2.00	9:53	4:56	104	2:33	312	3:56	4.00	20:27	5:06	103	3:11	300	8:28
Runde	2.00	9:50	4:55	101	2:15	288	3:55	6.00	30:17	5:02	102	8:11	299	12:23
Runde	2.00	10:05	5:02	106	2:20	307	4:10	8.00	40:22	5:02	101	10:31	203	16:33
Leichtathletikhalle	2.00	9:47	4:53	103	2:19	290	3:57	10.00	50:09	5:00	103	12:42	304	20:30