



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

evaluación detallada

Goetz, Helmut

Asociación: SC Impuls

Dorsal: 1055

recorrido: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

categoría:

Senioren M70 (70 und älter Jahre)

tiempo total: 57:19

velocidad: 10.47 km/h

rendimiento en carrera: 5:44 min/km

posición en el recorrido/Total: 577 (de 686)

posición en el recorrido/Men: 483 (de 543)

mejor tiempo del recorrido: 29:39

posición en la categoría: 4(de 8)

mejor tiempo en la categoría: 45:39

tiempos parciales

stage score

Total score

| control | etapa km | etapa tiempo | etapaposisió min/km | stage score | | | Total score | | | | | | | |
|---------------------|-------------|-----------------|------------------------|-------------|----------|---------|-------------|-----------------|-------------------|----------|----------|---------|-----|-------|
| | | | | retraso | posición | retraso | Total km | Total tiempo | Total posición | retraso | posición | retraso | | |
| | | | retraso | posición | retraso | | | | retraso | posición | retraso | | | |
| | | | Men | Men | Men | | | | Men | Men | Men | | | |
| Runde | 2.00 | 11:23 | 5:41 | 4 | 2:38 | 425 | 5:21 | 2.00 | 11:23 | 5:41 | 3 | 1:15 | 305 | 5:21 |
| Runde | 2.00 | 11:08 | 5:33 | 5 | 2:14 | 485 | 5:11 | 4.00 | 22:31 | 5:37 | 3 | 2:14 | 328 | 10:32 |
| Runde | 2.00 | 11:20 | 5:40 | 4 | 2:14 | 477 | 5:25 | 6.00 | 33:51 | 5:38 | 3 | 3:06 | 335 | 15:57 |
| Runde | 2.00 | 11:42 | 5:50 | 5 | 2:17 | 482 | 5:47 | 8.00 | 45:33 | 5:41 | 3 | 3:58 | 321 | 21:44 |
| Leichtathletikhalle | 2.00 | 11:46 | 5:53 | 5 | 2:17 | 499 | 5:56 | 10.00 | 57:19 | 5:43 | 4 | 11:40 | 483 | 27:40 |