



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

evaluación detallada

Claus, Andreas

Asociación: Wir tun es LAUFEND

Dorsal: 1134

recorrido: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

categoría:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

tiempo total: 54:19

velocidad: 11.05 km/h

rendimiento en carrera: 5:26 min/km

posición en el recorrido/Total: 500 (de 686)

posición en el recorrido/Men: 432 (de 543)

mejor tiempo del recorrido: 29:39

posición en la categoría: 144(de 178)

mejor tiempo en la categoría: 37:27

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	retraso			Total km	Total tiempo	Total min/km	retraso			Total Men	Total Men
				posición	categoría	Men				posición	categoría	Men		
Runde	2.00	11:55	5:57	168	4:44	494	2.00	11:55	5:57	116	3:56	330	5:53	
Runde	2.00	10:47	5:23	152	3:27	457	4.00	22:42	5:40	119	5:26	340	10:43	
Runde	2.00	10:40	5:19	139	3:05	412	6.00	33:22	5:33	118	11:16	339	15:28	
Runde	2.00	10:40	5:19	134	2:55	401	8.00	44:02	5:30	117	14:11	338	20:13	
Leichtathletikh	2.00	10:17	5:08	124	2:49	374	10.00	54:19	5:25	144	16:52	432	24:40	