



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

evaluación detallada

Junne, Ralf

Asociación: Erfurt

Dorsal: 1798

recorrido: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

categoría:

Senioren M50 (50-59 Jahre)

tiempo total: 48:19

velocidad: 12.42 km/h

rendimiento en carrera: 4:50 min/km

posición en el recorrido/Total: 267 (de 686)

posición en el recorrido/Men: 241 (de 543)

mejor tiempo del recorrido: 29:39

posición en la categoría: 35(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	10:10	5:04	54	2:35	293	4:08	2.00	10:10	5:04	76	2:35	249	4:08
Runde	2.00	9:30	4:45	36	1:33	250	3:33	4.00	19:40	4:55	76	4:05	175	7:41
Runde	2.00	9:32	4:46	33	1:25	235	3:37	6.00	29:12	4:51	76	5:30	155	11:18
Runde	2.00	9:43	4:51	37	1:39	248	3:48	8.00	38:55	4:51	76	7:09	405	15:06
Leichtathletikhalle	2.00	9:24	4:42	36	1:29	234	3:34	10.00	48:19	4:49	35	8:38	241	18:40