



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

evaluación detallada

Daniel, Falko

Asociación: Erfurt

Dorsal: 1458

recorrido: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

categoría:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

tiempo total: 50:06

velocidad: 11.98 km/h

rendimiento en carrera: 5:01 min/km

posición en el recorrido/Total: 332 (de 686)

posición en el recorrido/Men: 301 (de 543)

mejor tiempo del recorrido: 29:39

posición en la categoría: 86(de 136)

mejor tiempo en la categoría: 32:18

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	10:59	5:29	108	4:34	385	4:57	2.00	10:59	5:29	106	4:34	421	4:57
Runde	2.00	9:54	4:57	95	3:22	314	3:57	4.00	20:53	5:13	105	7:56	419	8:54
Runde	2.00	9:52	4:56	86	3:12	297	3:57	6.00	30:45	5:07	73	11:08	251	12:51
Runde	2.00	9:57	4:58	80	3:29	279	4:02	8.00	40:42	5:05	105	14:37	206	16:53
Leichtathletikhalle	2.00	9:24	4:42	67	3:11	234	3:34	10.00	50:06	5:00	86	17:48	301	20:27