



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

evaluación detallada

Niewiadomski, Peter

Asociación: Ibykus Volleyball

Dorsal: 1333

recorrido: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

categoría:

Senioren M50 (50-59 Jahre)

tiempo total: 54:08

velocidad: 11.08 km/h

rendimiento en carrera: 5:25 min/km

posición en el recorrido/Total: 490 (de 686)

posición en el recorrido/Men: 425 (de 543)

mejor tiempo del recorrido: 29:39

posición en la categoría: 80(de 107)

mejor tiempo en la categoría: 39:41

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
				retraso	posición	retraso				retraso	posición	retraso		
Runde	2.00	11:21	5:40	76	3:46	421	2.00	11:21	5:40	80	3:46	373	5:19	
Runde	2.00	10:44	5:21	82	2:47	450	4.00	22:05	5:31	80	6:30	292	10:06	
Runde	2.00	10:48	5:24	80	2:41	423	6.00	32:53	5:28	80	9:11	419	14:59	
Runde	2.00	10:51	5:25	81	2:47	422	8.00	43:44	5:28	80	11:58	418	19:55	
Leichtathletikh	2.00	10:24	5:12	76	2:29	392	10.00	54:08	5:24	80	14:27	425	24:29	