



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

evaluación detallada

Albert, Tobias

Asociación: LTV Erfurt

Dorsal: 835

recorrido: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

categoría:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

tiempo total: 48:59

velocidad: 12.25 km/h

rendimiento en carrera: 4:54 min/km

posición en el recorrido/Total: 290 (de 686)

posición en el recorrido/Men: 262 (de 543)

mejor tiempo del recorrido: 29:39

posición en la categoría: 75(de 136)

mejor tiempo en la categoría: 32:18

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	retraso			Total							
				retraso	posición	retraso	km	tiempo	min/km					
			retraso	posición	retraso	Men	Men	Men	Men	Men	Men	Men		
Runde	2.00	10:17	5:08	80	3:52	298	4:15	2.00	10:17	5:08	108	3:52	431	4:15
Runde	2.00	9:47	4:53	90	3:15	298	3:50	4.00	20:04	5:00	107	7:07	429	8:05
Runde	2.00	9:44	4:51	75	3:04	264	3:49	6.00	29:48	4:58	107	10:11	205	11:54
Runde	2.00	9:43	4:51	73	3:15	248	3:48	8.00	39:31	4:56	107	13:26	427	15:42
Leichtathletikh	2.00	9:28	4:44	70	3:15	243	3:38	10.00	48:59	4:53	75	16:41	262	19:20