



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

evaluación detallada

Umbreit, Torsten

Asociación: SG Traktor Eckstedt

Dorsal: 1272

recorrido: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

categoría:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

tiempo total: 57:40

velocidad: 10.40 km/h

rendimiento en carrera: 5:46 min/km

posición en el recorrido/Total: 585 (de 686)

posición en el recorrido/Men: 489 (de 543)

mejor tiempo del recorrido: 29:39

posición en la categoría: 163(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							
				retraso	posición	retraso	km	tiempo	min/km					
			retraso	posición	retraso	km	tiempo	min/km	posición	retraso	posición	retraso		
			Men	Men	Men				Men	Men	Men	Men		
Runde	2.00	13:03	6:31	178	5:52	532	7:01	2.00	13:03	6:31	144	5:04	432	7:01
Runde	2.00	11:42	5:50	174	4:22	510	5:45	4.00	24:45	6:11	143	7:29	430	12:46
Runde	2.00	11:29	5:44	162	3:54	487	5:34	6.00	36:14	6:02	142	14:08	429	18:20
Runde	2.00	11:09	5:34	144	3:24	440	5:14	8.00	47:23	5:55	141	17:32	428	23:34
Leichtathletikh	2.00	10:17	5:08	124	2:49	374	4:27	10.00	57:40	5:46	163	20:13	489	28:01