



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

evaluación detallada

Döring, Dirk

Asociación: Erfurt

Dorsal: 1247

recorrido: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

categoría:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

tiempo total: 49:27

velocidad: 12.13 km/h

rendimiento en carrera: 4:56 min/km

posición en el recorrido/Total: 314 (de 686)

posición en el recorrido/Men: 283 (de 543)

mejor tiempo del recorrido: 29:39

posición en la categoría: 97(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	10:41	5:20	112	3:30	354	4:39	2.00	10:41	5:20	146	2:42	206	4:39
Runde	2.00	9:24	4:42	80	2:04	230	3:27	4.00	20:05	5:01	145	2:49	434	8:06
Runde	2.00	9:38	4:48	88	2:03	251	3:43	6.00	29:43	4:57	144	7:37	433	11:49
Runde	2.00	9:56	4:58	98	2:11	277	4:01	8.00	39:39	4:57	143	9:48	432	15:50
Leichtathletikh	2.00	9:48	4:54	105	2:20	294	3:58	10.00	49:27	4:56	97	12:00	283	19:48