



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

evaluación detallada

Weißhaar, Mario

Asociación: Erfurt

Dorsal: 1007

recorrido: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

categoría:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

tiempo total: 54:02

velocidad: 11.10 km/h

rendimiento en carrera: 5:24 min/km

posición en el recorrido/Total: 487 (de 686)

posición en el recorrido/Men: 423 (de 543)

mejor tiempo del recorrido: 29:39

posición en la categoría: 140(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	km	tiempo	min/km	Men	Men	Men	Men		
Runde	2.00	11:44	5:51	161	4:33	471	5:42	2.00	11:44	5:51	115	3:45	290	5:42
Runde	2.00	10:37	5:18	146	3:17	432	4:40	4.00	22:21	5:35	162	5:05	445	10:22
Runde	2.00	10:43	5:21	141	3:08	418	4:48	6.00	33:04	5:30	161	10:58	486	15:10
Runde	2.00	10:34	5:16	129	2:49	385	4:39	8.00	43:38	5:27	160	13:47	485	19:49
Leichtathletikh	2.00	10:24	5:12	129	2:56	392	4:34	10.00	54:02	5:24	140	16:35	423	24:23