



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

evaluación detallada

Daum, Joachim

Asociación: Leinefelde

Dorsal: 673

recorrido: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

categoría:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

tiempo total: 45:29

velocidad: 13.19 km/h

rendimiento en carrera: 4:33 min/km

posición en el recorrido/Total: 171 (de 686)

posición en el recorrido/Men: 156 (de 543)

mejor tiempo del recorrido: 29:39

posición en la categoría: 54(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 km	Total tiempo	Total min/km	retraso			
				posición	categoría	Men				posición	categoría	Men	
Runde	2.00	9:22	4:41	57	2:11	176	2.00	9:22	4:41	170	1:23	518	3:20
Runde	2.00	8:58	4:29	53	1:38	164	4.00	18:20	4:34	169	1:04	130	6:21
Runde	2.00	9:12	4:35	60	1:37	175	6.00	27:32	4:35	168	5:26	515	9:38
Runde	2.00	9:14	4:36	57	1:29	161	8.00	36:46	4:35	167	6:55	514	12:57
Leichtathletikh	2.00	8:43	4:21	41	1:15	119	10.00	45:29	4:32	54	8:02	156	15:50