



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

evaluación detallada

Melchert, Volkmar

Asociación: Martinroda

Dorsal: 1099

recorrido: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

categoría:

Senioren M60 (60-69 Jahre)

tiempo total: 46:57

velocidad: 12.78 km/h

rendimiento en carrera: 4:42 min/km

posición en el recorrido/Total: 217 (de 686)

posición en el recorrido/Men: 198 (de 543)

mejor tiempo del recorrido: 29:39

posición en la categoría: 4(de 25)

mejor tiempo en la categoría: 42:27

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	stage score			Total score							
				retraso	posición	retraso	Total km	Total tiempo	Total posición	retraso	posición	retraso		
			retraso	posición	retraso	posición	retraso	posición	retraso	posición	retraso	posición	retraso	posición
Runde	2.00	9:44	4:51	7	1:31	218	3:42	2.00	9:44	4:51	3	121	3:42	
Runde	2.00	9:09	4:34	4	0:39	190	3:12	4.00	18:53	4:43	3	525	6:54	
Runde	2.00	9:15	4:37	3	0:40	182	3:20	6.00	28:08	4:41	3	524	10:14	
Runde	2.00	9:25	4:42	3	0:45	192	3:30	8.00	37:33	4:41	3	523	13:44	
Leichtathletikh	2.00	9:24	4:42	4	0:56	234	3:34	10.00	46:57	4:41	4	4:30	198	17:18