



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

evaluación detallada

Jäkel, Ulrich

Asociación: Skisportverein Erfurt 02

Dorsal: 1616

recorrido: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

categoría:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

tiempo total: 56:02

velocidad: 10.71 km/h

rendimiento en carrera: 5:36 min/km

posición en el recorrido/Total: 546 (de 686)

posición en el recorrido/Men: 462 (de 543)

mejor tiempo del recorrido: 29:39

posición en la categoría: 122(de 136)

mejor tiempo en la categoría: 32:18

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	Men				posición categoría	Men	Men	
Runde	2.00	11:45	5:52	124	5:20	474	2.00	11:45	5:52	135	5:20	380	5:43
Runde	2.00	10:42	5:20	123	4:10	448	4.00	22:27	5:36	134	9:30	281	10:28
Runde	2.00	11:04	5:31	121	4:24	450	6.00	33:31	5:35	134	13:54	536	15:37
Runde	2.00	11:14	5:36	117	4:46	448	8.00	44:45	5:35	134	18:40	535	20:56
Leichtathletikh	2.00	11:17	5:38	122	5:04	472	10.00	56:02	5:36	122	23:44	462	26:23