



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

evaluación detallada

Ellenberg, Horst

Asociación: Gotha

Dorsal: 1347

recorrido: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

categoría:

Senioren M70 (70 und älter Jahre)

tiempo total: 1:39:36

velocidad: 6.02 km/h

rendimiento en carrera: 9:58 min/km

posición en el recorrido/Total: 674 (de 686)

posición en el recorrido/Men: 535 (de 543)

mejor tiempo del recorrido: 29:39

posición en la categoría: 8(de 8)

mejor tiempo en la categoría: 45:39

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				retraso	posición	retraso			
Runde	2.00	17:32	8:46	8	8:47	543	11:30	2.00	17:32	8:46	8	7:24	542	11:30
Runde	2.00	19:45	9:52	8	10:51	541	13:48	4.00	37:17	9:19	8	17:00	540	25:18
Runde	2.00	20:40	10:20	8	11:34	540	14:45	6.00	57:57	9:39	8	27:12	539	40:03
Runde	2.00	20:28	10:13	8	11:03	539	14:33	8.00	1:18:25	9:48	8	36:50	538	54:36
Leichtathletikh	2.00	21:11	10:35	8	11:42	534	15:21	10.00	1:39:36	9:57	8	53:57	535	1:09:57