



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

evaluación detallada

Sickel, Steffen

Asociación: Walschleben

Dorsal: 1275

recorrido: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

categoría:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

tiempo total: 43:33

velocidad: 13.78 km/h

rendimiento en carrera: 4:22 min/km

posición en el recorrido/Total: 111 (de 686)

posición en el recorrido/Men: 102 (de 543)

mejor tiempo del recorrido: 29:39

posición en la categoría: 29(de 178)

mejor tiempo en la categoría: 37:27

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				retraso	posición	retraso			
			Men	Men	Men				Men	Men	Men			
Runde	2.00	9:18	4:39	53	2:07	165	3:16	2.00	9:18	4:39	33	1:19	99	3:16
Runde	2.00	8:32	4:15	26	1:12	93	2:35	4.00	17:50	4:27	33	0:34	67	5:51
Runde	2.00	8:36	4:17	24	1:01	86	2:41	6.00	26:26	4:24	32	4:20	97	8:32
Runde	2.00	8:44	4:21	26	0:59	84	2:49	8.00	35:10	4:23	31	5:19	96	11:21
Leichtathletikh	2.00	8:23	4:11	19	0:55	73	2:33	10.00	43:33	4:21	29	6:06	102	13:54