



# 40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

## evaluación detallada

**Kretschmer, Torsten**

Asociación: Erfurt

Dorsal: 1337

recorrido: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

categoría:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

tiempo total: 43:24

velocidad: 13.82 km/h

rendimiento en carrera: 4:20 min/km

posición en el recorrido/Total: 109 (de 686)

posición en el recorrido/Men: 100 (de 543)

mejor tiempo del recorrido: 29:39

posición en la categoría: 30(de 136)

mejor tiempo en la categoría: 32:18

## tiempos parciales

## stage score

## Total score

| control         | etapa<br>km | etapa<br>tiempo | etapaposisió<br>min/km | retraso |          |         | Total<br>km | Total<br>tiempo | Total<br>posició<br>min/km | retraso |          |         |       |
|-----------------|-------------|-----------------|------------------------|---------|----------|---------|-------------|-----------------|----------------------------|---------|----------|---------|-------|
|                 |             |                 |                        | retraso | posición | retraso |             |                 |                            | retraso | posición | retraso |       |
|                 |             |                 |                        | Men     | Men      | Men     |             |                 |                            | Men     | Men      | Men     |       |
| Runde           | 2.00        | 8:36            | 4:17                   | 25      | 2:11     | 90      | 2.00        | 8:36            | 4:17                       | 30      | 2:11     | 98      | 2:34  |
| Runde           | 2.00        | 8:27            | 4:13                   | 27      | 1:55     | 80      | 4.00        | 17:03           | 4:15                       | 29      | 4:06     | 97      | 5:04  |
| Runde           | 2.00        | 8:52            | 4:26                   | 35      | 2:12     | 120     | 6.00        | 25:55           | 4:19                       | 29      | 6:18     | 96      | 8:01  |
| Runde           | 2.00        | 8:58            | 4:29                   | 33      | 2:30     | 115     | 8.00        | 34:53           | 4:21                       | 29      | 8:48     | 84      | 11:04 |
| Leichtathletikh | 2.00        | 8:31            | 4:15                   | 31      | 2:18     | 90      | 10.00       | 43:24           | 4:20                       | 30      | 11:06    | 100     | 13:45 |