



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

evaluación detallada

Sachse, Michael

Asociación: HSV Weimar Triathlon

Dorsal: 1212

recorrido: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

categoría:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

tiempo total: 45:45

velocidad: 13.11 km/h

rendimiento en carrera: 4:35 min/km

posición en el recorrido/Total: 181 (de 686)

posición en el recorrido/Men: 166 (de 543)

mejor tiempo del recorrido: 29:39

posición en la categoría: 58(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	posición	retraso	posición	retraso	posición	retraso	posición	retraso	posición
Runde	2.00	9:10	4:34	48	1:59	151	3:08	2.00	9:10	4:34	49	1:11	137	3:08
Runde	2.00	9:09	4:34	67	1:49	190	3:12	4.00	18:19	4:34	49	1:03	136	6:20
Runde	2.00	9:11	4:35	58	1:36	173	3:16	6.00	27:30	4:34	42	5:24	121	9:36
Runde	2.00	9:17	4:38	60	1:32	170	3:22	8.00	36:47	4:35	41	6:56	120	12:58
Leichtathletikh	2.00	8:58	4:29	57	1:30	164	3:08	10.00	45:45	4:34	58	8:18	166	16:06