



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

evaluación detallada

Fritz, Thomas

Asociación: Leipzig

Dorsal: 1609

recorrido: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

categoría:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

tiempo total: 45:05

velocidad: 13.31 km/h

rendimiento en carrera: 4:31 min/km

posición en el recorrido/Total: 157 (de 686)

posición en el recorrido/Men: 144 (de 543)

mejor tiempo del recorrido: 29:39

posición en la categoría: 42(de 136)

mejor tiempo en la categoría: 32:18

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	9:09	4:34	44	2:44	149	3:07	2.00	9:09	4:34	43	2:44	138	3:07
Runde	2.00	8:52	4:26	46	2:20	146	2:55	4.00	18:01	4:30	42	5:04	126	6:02
Runde	2.00	9:07	4:33	47	2:27	157	3:12	6.00	27:08	4:31	42	7:31	30	9:14
Runde	2.00	9:14	4:36	49	2:46	161	3:19	8.00	36:22	4:32	38	10:17	136	12:33
Leichtathletikh	2.00	8:43	4:21	36	2:30	119	2:53	10.00	45:05	4:30	42	12:47	144	15:26