



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

evaluación detallada

Mölders, Martin

Asociación: SV Arnstadt 09

Dorsal: 1436

recorrido: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

categoría:

Senioren M50 (50-59 Jahre)

tiempo total: 44:46

velocidad: 13.40 km/h

rendimiento en carrera: 4:29 min/km

posición en el recorrido/Total: 139 (de 686)

posición en el recorrido/Men: 128 (de 543)

mejor tiempo del recorrido: 29:39

posición en la categoría: 14(de 107)

mejor tiempo en la categoría: 39:41

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	8:49	4:24	17	1:14	113	2:47	2.00	8:49	4:24	18	1:14	149	2:47
Runde	2.00	8:52	4:26	17	0:55	146	2:55	4.00	17:41	4:25	18	2:06	148	5:42
Runde	2.00	9:02	4:30	17	0:55	139	3:07	6.00	26:43	4:27	18	3:01	111	8:49
Runde	2.00	9:06	4:32	14	1:02	137	3:11	8.00	35:49	4:28	18	4:03	146	12:00
Leichtathletikhalle	2.00	8:57	4:28	15	1:02	161	3:07	10.00	44:46	4:28	14	5:05	128	15:07