



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

evaluación detallada

Tiller, Tobias

Asociación: Veitshöchheim

Dorsal: 819

recorrido: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

categoría:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

tiempo total: 46:02

velocidad: 13.03 km/h

rendimiento en carrera: 4:36 min/km

posición en el recorrido/Total: 185 (de 686)

posición en el recorrido/Men: 169 (de 543)

mejor tiempo del recorrido: 29:39

posición en la categoría: 59(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			
Runde	2.00	9:33	4:46	64	2:22	194	3:31	2.00	9:33	4:46	18	1:34	66	3:31
Runde	2.00	9:04	4:31	61	1:44	175	3:07	4.00	18:37	4:39	57	1:21	163	6:38
Runde	2.00	9:10	4:34	55	1:35	169	3:15	6.00	27:47	4:37	56	5:41	162	9:53
Runde	2.00	9:13	4:36	56	1:28	159	3:18	8.00	37:00	4:37	55	7:09	161	13:11
Leichtathletikh	2.00	9:02	4:30	62	1:34	172	3:12	10.00	46:02	4:36	59	8:35	169	16:23