



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

evaluación detallada

Kranz, Horst

Asociación: Sondershausen

Dorsal: 1471

recorrido: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

categoría:

Senioren M50 (50-59 Jahre)

tiempo total: 49:56

velocidad: 12.02 km/h

rendimiento en carrera: 4:59 min/km

posición en el recorrido/Total: 328 (de 686)

posición en el recorrido/Men: 297 (de 543)

mejor tiempo del recorrido: 29:39

posición en la categoría: 49(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	posición	retraso	posición	retraso	posición	retraso	posición	retraso	posición
Runde	2.00	9:35	4:47	28	2:00	199	3:33	2.00	9:35	4:47	25	2:00	202	3:33
Runde	2.00	9:55	4:57	51	1:58	316	3:58	4.00	19:30	4:52	25	3:55	201	7:31
Runde	2.00	10:04	5:01	53	1:57	318	4:09	6.00	29:34	4:55	25	5:52	195	11:40
Runde	2.00	10:16	5:08	64	2:12	341	4:21	8.00	39:50	4:58	25	8:04	199	16:01
Leichtathletikhalle	2.00	10:06	5:02	63	2:11	348	4:16	10.00	49:56	4:59	49	10:15	297	20:17