



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

evaluación detallada

Roland, Michael

Asociación: Erfurt

Dorsal: 930

recorrido: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

categoría:

Senioren M50 (50-59 Jahre)

tiempo total: 47:07

velocidad: 12.73 km/h

rendimiento en carrera: 4:43 min/km

posición en el recorrido/Total: 225 (de 686)

posición en el recorrido/Men: 207 (de 543)

mejor tiempo del recorrido: 29:39

posición en la categoría: 27(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	9:20	4:40	25	1:23	216	3:23	4.00	18:55	4:43	33	3:20	157	6:56
Runde	2.00	9:29	4:44	29	1:22	224	3:34	6.00	28:24	4:44	33	4:42	231	10:30
Runde	2.00	9:33	4:46	30	1:29	217	3:38	8.00	37:57	4:44	33	6:11	173	14:08
Leichtathletikh	2.00	9:10	4:34	21	1:15	191	3:20	10.00	47:07	4:42	27	7:26	207	17:28