



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

evaluación detallada

Dehmel, Gerhard

Asociación: ThwV Ilmenau

Dorsal: 1083

recorrido: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

categoría:

Senioren M70 (70 und älter Jahre)

tiempo total: 51:59

velocidad: 11.54 km/h

rendimiento en carrera: 5:12 min/km

posición en el recorrido/Total: 414 (de 686)

posición en el recorrido/Men: 365 (de 543)

mejor tiempo del recorrido: 29:39

posición en la categoría: 3(de 8)

mejor tiempo en la categoría: 45:39

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	10:08	5:03	3	1:23	278	4:06	2.00	10:08	5:03	1	-	207	4:06
Runde	2.00	10:09	5:04	2	1:15	363	4:12	4.00	20:17	5:04	1	-	204	8:18
Runde	2.00	10:28	5:14	3	1:22	385	4:33	6.00	30:45	5:07	1	-	251	12:51
Runde	2.00	10:50	5:25	3	1:25	420	4:55	8.00	41:35	5:11	1	-	250	17:46
Leichtathletikhalle	2.00	10:24	5:12	2	0:55	392	4:34	10.00	51:59	5:11	3	6:20	365	22:20