



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

evaluación detallada

Strauß, Thomas

Asociación: Frankfurt/Main

Dorsal: 877

recorrido: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

categoría:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

tiempo total: 53:22

velocidad: 11.24 km/h

rendimiento en carrera: 5:20 min/km

posición en el recorrido/Total: 463 (de 686)

posición en el recorrido/Men: 404 (de 543)

mejor tiempo del recorrido: 29:39

posición en la categoría: 135(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	posición	Total km	Total tiempo	Total posición	retraso	posición	retraso	
				Men	Men	Men	Men				Men	Men		
Runde	2.00	11:47	5:53	164	4:36	477	5:45	2.00	11:47	5:53	92	3:48	258	5:45
Runde	2.00	10:32	5:15	141	3:12	418	4:35	4.00	22:19	5:34	91	5:03	256	10:20
Runde	2.00	10:31	5:15	133	2:56	395	4:36	6.00	32:50	5:28	90	10:44	255	14:56
Runde	2.00	10:27	5:13	120	2:42	359	4:32	8.00	43:17	5:24	89	13:26	254	19:28
Leichtathletikh	2.00	10:05	5:02	116	2:37	343	4:15	10.00	53:22	5:20	135	15:55	404	23:43