



# 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<br>km | etapa<br>tiempo | etapaposisió<br>min/km | stage score |          |          |          | Total score |                 |                   |         |          |         |          |
|---------------------|-------------|-----------------|------------------------|-------------|----------|----------|----------|-------------|-----------------|-------------------|---------|----------|---------|----------|
|                     |             |                 |                        | retraso     | posición | retraso  | posición | Total<br>km | Total<br>tiempo | Total<br>posición | retraso | posición | retraso |          |
|                     |             |                 | retraso                | posición    | retraso  | posición | retraso  | posición    | retraso         | posición          | retraso | posición | retraso | posición |
| 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    |
| Leichtathletikhalle | 2.00        | 10:05           | 5:02                   | 116         | 2:37     | 343      | 4:15     | 10.00       | 53:22           | 5:20              | 135     | 15:55    | 404     | 23:43    |