



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

evaluación detallada

Knauth, Theo

Asociación: Gerüstbau Schneider

Dorsal: 678

recorrido: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

categoría:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

tiempo total: 51:41

velocidad: 11.61 km/h

rendimiento en carrera: 5:10 min/km

posición en el recorrido/Total: 406 (de 686)

posición en el recorrido/Men: 357 (de 543)

mejor tiempo del recorrido: 29:39

posición en la categoría: 100(de 136)

mejor tiempo en la categoría: 32:18

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	Men	Men				Men	Men		
Runde	2.00	11:28	5:44	117	5:03	437	5:26	2.00	11:28	5:44	73	5:03	239	5:26
Runde	2.00	10:24	5:12	111	3:52	409	4:27	4.00	21:52	5:28	72	8:55	275	9:53
Runde	2.00	10:13	5:06	99	3:33	346	4:18	6.00	32:05	5:20	72	12:28	274	14:11
Runde	2.00	10:00	5:00	84	3:32	292	4:05	8.00	42:05	5:15	72	16:00	264	18:16
Leichtathletikh	2.00	9:36	4:47	78	3:23	266	3:46	10.00	51:41	5:10	100	19:23	357	22:02