



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

evaluación detallada

Thomas, Jochen

Asociación: Bad Langensalza

Dorsal: 1225

recorrido: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

categoría:

Senioren M50 (50-59 Jahre)

tiempo total: 53:06

velocidad: 11.30 km/h

rendimiento en carrera: 5:19 min/km

posición en el recorrido/Total: 453 (de 686)

posición en el recorrido/Men: 396 (de 543)

mejor tiempo del recorrido: 29:39

posición en la categoría: 76(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 | posición | Total km | Total tiempo | Total posición | retraso | posición | retraso | |
| | | | | Men | Men | Men | Men | | | | | Men | Men | |
| Runde | 2.00 | 10:28 | 5:14 | 56 | 2:53 | 325 | 4:26 | 2.00 | 10:28 | 5:14 | 46 | 2:53 | 280 | 4:26 |
| Runde | 2.00 | 10:34 | 5:16 | 77 | 2:37 | 426 | 4:37 | 4.00 | 21:02 | 5:15 | 46 | 5:27 | 278 | 9:03 |
| Runde | 2.00 | 10:36 | 5:17 | 77 | 2:29 | 409 | 4:41 | 6.00 | 31:38 | 5:16 | 46 | 7:56 | 277 | 13:44 |
| Runde | 2.00 | 10:45 | 5:22 | 78 | 2:41 | 411 | 4:50 | 8.00 | 42:23 | 5:17 | 46 | 10:37 | 276 | 18:34 |
| Leichtathletikh | 2.00 | 10:43 | 5:21 | 79 | 2:48 | 422 | 4:53 | 10.00 | 53:06 | 5:18 | 76 | 13:25 | 396 | 23:27 |