



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

evaluación detallada

Ertel, Frank

Asociación: Mühlhäuser Laufwölfe

Dorsal: 1053

recorrido: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

categoría:

Senioren M50 (50-59 Jahre)

tiempo total: 55:42

velocidad: 10.77 km/h

rendimiento en carrera: 5:34 min/km

posición en el recorrido/Total: 537 (de 686)

posición en el recorrido/Men: 454 (de 543)

mejor tiempo del recorrido: 29:39

posición en la categoría: 85(de 107)

mejor tiempo en la categoría: 39:41

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	retraso			Total							
				retraso	posición	retraso	km	tiempo	min/km					
			retraso	posición	retraso	km	tiempo	min/km	posición	retraso	posición	retraso		
			Men	Men	Men	Men	Men	Men	Men	Men	Men	Men		
Runde	2.00	11:43	5:51	88	4:08	468	5:41	2.00	11:43	5:51	47	4:08	286	5:41
Runde	2.00	10:51	5:25	84	2:54	461	4:54	4.00	22:34	5:38	47	6:59	284	10:35
Runde	2.00	11:38	5:48	93	3:31	497	5:43	6.00	34:12	5:42	47	10:30	283	16:18
Runde	2.00	10:45	5:22	78	2:41	411	4:50	8.00	44:57	5:37	47	13:11	282	21:08
Leichtathletikhalle	2.00	10:45	5:22	80	2:50	424	4:55	10.00	55:42	5:34	85	16:01	454	26:03