



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	stage score			Total score							
				retraso	posición	retraso	Total km	Total tiempo	Total posición	retraso	posición	retraso		
			retraso	posición	retraso	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
Leichtathletikh	2.00	10:45	5:22	80	2:50	424	4:55	10.00	55:42	5:34	85	16:01	454	26:03