



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

evaluación detallada

Elster, Klaus

Asociación: ohne

Dorsal: 1790

recorrido: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

categoría:

Senioren M50 (50-59 Jahre)

tiempo total: 50:39

velocidad: 11.85 km/h

rendimiento en carrera: 5:04 min/km

posición en el recorrido/Total: 359 (de 686)

posición en el recorrido/Men: 323 (de 543)

mejor tiempo del recorrido: 29:39

posición en la categoría: 56(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				retraso	posición	retraso			
Runde	2.00	10:08	5:03	48	2:33	278	4:06	2.00	10:08	5:03	48	2:33	207	4:06
Runde	2.00	10:06	5:02	64	2:09	351	4:09	4.00	20:14	5:03	48	4:39	287	8:15
Runde	2.00	10:08	5:03	58	2:01	328	4:13	6.00	30:22	5:03	48	6:40	247	12:28
Runde	2.00	10:10	5:04	59	2:06	323	4:15	8.00	40:32	5:03	48	8:46	285	16:43
Leichtathletikhalle	2.00	10:07	5:03	64	2:12	352	4:17	10.00	50:39	5:03	56	10:58	323	21:00