



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

evaluación detallada

Wich, Marcel

Asociación: Annagram e.V. Laufend helfen

Dorsal: 1444

recorrido: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

categoría:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

tiempo total: 54:10

velocidad: 11.08 km/h

rendimiento en carrera: 5:25 min/km

posición en el recorrido/Total: 492 (de 686)

posición en el recorrido/Men: 427 (de 543)

mejor tiempo del recorrido: 29:39

posición en la categoría: 114(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				retraso	posición	retraso			
			Men	Men	Men				Men	Men	Men			
Runde	2.00	9:39	4:49	58	3:14	202	3:37	2.00	9:39	4:49	79	3:14	153	3:37
Runde	2.00	10:36	5:17	118	4:04	428	4:39	4.00	20:15	5:03	77	7:18	295	8:16
Runde	2.00	11:01	5:30	119	4:21	445	5:06	6.00	31:16	5:12	78	11:39	295	13:22
Runde	2.00	11:21	5:40	122	4:53	460	5:26	8.00	42:37	5:19	78	16:32	294	18:48
Leichtathletikh	2.00	11:33	5:46	128	5:20	487	5:43	10.00	54:10	5:24	114	21:52	427	24:31