



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

evaluación detallada

Deutscher, Frank

Asociación: Siemens Generatorenwerk Erfurt

Dorsal: 956

recorrido: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

categoría:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

tiempo total: 54:16

velocidad: 11.06 km/h

rendimiento en carrera: 5:26 min/km

posición en el recorrido/Total: 499 (de 686)

posición en el recorrido/Men: 431 (de 543)

mejor tiempo del recorrido: 29:39

posición en la categoría: 143(de 178)

mejor tiempo en la categoría: 37:27

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	stage score				Total score						
				retraso	posición	retraso	posición	Total	Total	Total	posición	retraso	posición	retraso
				Men	Men	Men	Men	km	tiempo	min/km	Men	Men	Men	Men
Runde	2.00	10:04	5:01	87	2:53	268	4:02	2.00	10:04	5:01	110	2:05	211	4:02
Runde	2.00	10:21	5:10	134	3:01	400	4:24	4.00	20:25	5:06	109	3:09	313	8:26
Runde	2.00	10:58	5:29	146	3:23	440	5:03	6.00	31:23	5:13	108	9:17	312	13:29
Runde	2.00	11:45	5:52	159	4:00	489	5:50	8.00	43:08	5:23	107	13:17	311	19:19
Leichtathletikh	2.00	11:08	5:33	152	3:40	458	5:18	10.00	54:16	5:25	143	16:49	431	24:37