



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

evaluación detallada

Kroschel, Ralf-Peter

Asociación: Erfurt

Dorsal: 1185

recorrido: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

categoría:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

tiempo total: 53:44

velocidad: 11.17 km/h

rendimiento en carrera: 5:22 min/km

posición en el recorrido/Total: 476 (de 686)

posición en el recorrido/Men: 416 (de 543)

mejor tiempo del recorrido: 29:39

posición en la categoría: 138(de 178)

mejor tiempo en la categoría: 37:27

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	km	tiempo	min/km	Men	Men	Men	Men		
Runde	2.00	10:43	5:21	113	3:32	357	4:41	2.00	10:43	5:21	112	2:44	320	4:41
Runde	2.00	10:33	5:16	144	3:13	422	4:36	4.00	21:16	5:18	106	4:00	305	9:17
Runde	2.00	10:42	5:20	140	3:07	415	4:47	6.00	31:58	5:19	110	9:52	317	14:04
Runde	2.00	10:55	5:27	141	3:10	424	5:00	8.00	42:53	5:21	109	13:02	316	19:04
Leichtathletikhalle	2.00	10:51	5:25	143	3:23	435	5:01	10.00	53:44	5:22	138	16:17	416	24:05