



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

evaluación detallada

Goetz, Helmut

Asociación: SC Impuls

Dorsal: 1055

recorrido: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

categoría:

Senioren M70 (70 und älter Jahre)

tiempo total: 57:19

velocidad: 10.47 km/h

rendimiento en carrera: 5:44 min/km

posición en el recorrido/Total: 577 (de 686)

posición en el recorrido/Men: 483 (de 543)

mejor tiempo del recorrido: 29:39

posición en la categoría: 4(de 8)

mejor tiempo en la categoría: 45:39

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	retraso			retraso			Total km	Total tiempo	Total min/km	retraso		
				posición	retraso	Men	posición	retraso	Men				posición	retraso	Men
Runde	2.00	11:23	5:41	4	2:38	425	5:21		2.00	11:23	5:41	3	1:15	305	5:21
Runde	2.00	11:08	5:33	5	2:14	485	5:11		4.00	22:31	5:37	3	2:14	328	10:32
Runde	2.00	11:20	5:40	4	2:14	477	5:25		6.00	33:51	5:38	3	3:06	335	15:57
Runde	2.00	11:42	5:50	5	2:17	482	5:47		8.00	45:33	5:41	3	3:58	321	21:44
Leichtathletikhalle	2.00	11:46	5:53	5	2:17	499	5:56		10.00	57:19	5:43	4	11:40	483	27:40