



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

evaluación detallada

Mönch, Torsten

Asociación: Tennisverein Wundersleben

Dorsal: 1441

recorrido: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

categoría:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

tiempo total: 57:22

velocidad: 10.46 km/h

rendimiento en carrera: 5:44 min/km

posición en el recorrido/Total: 578 (de 686)

posición en el recorrido/Men: 484 (de 543)

mejor tiempo del recorrido: 29:39

posición en la categoría: 161(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 categoría	retraso Men	retraso Men	retraso Men	Total km	Total tiempo	Total min/km	retraso categoría	retraso Men	retraso Men	
Runde	2.00	11:57	5:58	170	4:46	499	5:55	2.00	11:57	5:58	119	3:58	281	5:55
Runde	2.00	11:06	5:32	163	3:46	482	5:09	4.00	23:03	5:45	118	5:47	337	11:04
Runde	2.00	11:15	5:37	154	3:40	469	5:20	6.00	34:18	5:42	117	12:12	336	16:24
Runde	2.00	11:26	5:43	153	3:41	464	5:31	8.00	45:44	5:43	116	15:53	335	21:55
Leichtathletikhalle	2.00	11:38	5:48	163	4:10	492	5:48	10.00	57:22	5:44	161	19:55	484	27:43