



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

evaluación detallada

Gubelt, Michael

Asociación: SV Sömmerda

Dorsal: 1483

recorrido: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

categoría:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

tiempo total: 45:32

velocidad: 13.18 km/h

rendimiento en carrera: 4:33 min/km

posición en el recorrido/Total: 175 (de 686)

posición en el recorrido/Men: 159 (de 543)

mejor tiempo del recorrido: 29:39

posición en la categoría: 55(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	Total km	Total tiempo	Total posición	retraso	posición	retraso		
			retraso	posición	retraso				retraso	posición	retraso			
Runde	2.00	8:49	4:24	32	1:38	113	2:47	2.00	8:49	4:24	123	0:50	149	2:47
Runde	2.00	8:55	4:27	51	1:35	160	2:58	4.00	17:44	4:26	51	0:28	142	5:45
Runde	2.00	9:09	4:34	51	1:34	162	3:14	6.00	26:53	4:28	121	4:47	343	8:59
Runde	2.00	9:21	4:40	65	1:36	181	3:26	8.00	36:14	4:31	120	6:23	342	12:25
Leichtathletikh	2.00	9:18	4:39	76	1:50	216	3:28	10.00	45:32	4:33	55	8:05	159	15:53