



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

evaluación detallada

Sickel, Olaf

Asociación: Erfurt

Dorsal: 1660

recorrido: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

categoría:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

tiempo total: 47:56

velocidad: 12.52 km/h

rendimiento en carrera: 4:47 min/km

posición en el recorrido/Total: 251 (de 686)

posición en el recorrido/Men: 230 (de 543)

mejor tiempo del recorrido: 29:39

posición en la categoría: 79(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				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	9:32	4:46	90	2:12	260	3:35	4.00	20:15	5:03	125	2:59	295	8:16
Runde	2.00	9:26	4:43	75	1:51	218	3:31	6.00	29:41	4:56	124	7:35	190	11:47
Runde	2.00	9:19	4:39	63	1:34	176	3:24	8.00	39:00	4:52	123	9:09	346	15:11
Leichtathletikh	2.00	8:56	4:28	53	1:28	158	3:06	10.00	47:56	4:47	79	10:29	230	18:17