



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

evaluación detallada

Eckold, Jörg

Asociación: Halle

Dorsal: 1144

recorrido: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

categoría:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

tiempo total: 56:45

velocidad: 10.57 km/h

rendimiento en carrera: 5:41 min/km

posición en el recorrido/Total: 562 (de 686)

posición en el recorrido/Men: 474 (de 543)

mejor tiempo del recorrido: 29:39

posición en la categoría: 126(de 136)

mejor tiempo en la categoría: 32:18

tiempos parciales

stage score

Total score

| control | etapa km | etapa tiempo | etapaposisió min/km | retraso | | | Total | | | | | | | |
|---------------------|-------------|-----------------|------------------------|----------|---------|----------|---------|----------|---------|------|-----|-------|-----|-------|
| | | | | posición | retraso | posición | retraso | posición | retraso | | | | | |
| | | | Men | Men | Men | Men | Men | Men | Men | | | | | |
| Runde | 2.00 | 11:49 | 5:54 | 126 | 5:24 | 482 | 5:47 | 2.00 | 11:49 | 5:54 | 95 | 5:24 | 283 | 5:47 |
| Runde | 2.00 | 10:36 | 5:17 | 118 | 4:04 | 428 | 4:39 | 4.00 | 22:25 | 5:36 | 94 | 9:28 | 367 | 10:26 |
| Runde | 2.00 | 10:43 | 5:21 | 113 | 4:03 | 418 | 4:48 | 6.00 | 33:08 | 5:31 | 94 | 13:31 | 261 | 15:14 |
| Runde | 2.00 | 11:43 | 5:51 | 126 | 5:15 | 486 | 5:48 | 8.00 | 44:51 | 5:36 | 94 | 18:46 | 365 | 21:02 |
| Leichtathletikhalle | 2.00 | 11:54 | 5:57 | 131 | 5:41 | 508 | 6:04 | 10.00 | 56:45 | 5:40 | 126 | 24:27 | 474 | 27:06 |