



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

evaluación detallada

Eras, Jens-Uwe

tiempo total: 22:35

Dorsal: 185

velocidad: 10.63 km/h

rendimiento en carrera: 5:39 min/km

recorrido: 4.00 km

posición en el recorrido/Total: 231 (de 446)

Pokal der Sparkasse Mittelthüringen

posición en el recorrido/Men: 173 (de 278)

mejor tiempo del recorrido: 12:07

categoría:

posición en la categoría: 37(de 60)

Senioren M40 (40-49 Jahre)

mejor tiempo en la categoría: 14:12

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	stage score				Total score						
				retraso	posición	retraso	posición	Total km	Total tiempo	Total posición	retraso	posición	retraso	
			retraso	posición	retraso	posición	retraso	posición	retraso	posición	retraso	posición	retraso	posición
Runde Kurzstrecke	2.00	11:08	5:33	34	4:13	161	5:00	2.00	11:08	5:33	1	-	106	5:00
Leichtathletikhalle	2.00	11:27	5:43	45	4:10	199	5:28	4.00	22:35	5:38	37	8:23	173	10:28