



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

evaluación detallada

Kusche, Stephan

Asociación: Erfurter Hockey Club

Dorsal: 1243

recorrido: 10.00 km

Vintage VDB Lauf

categoría:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

tiempo total: 46:52

velocidad: 12.80 km/h

rendimiento en carrera: 4:41 min/km

posición en el recorrido/Total: 181 (de 637)

posición en el recorrido/Men: 172 (de 493)

mejor tiempo del recorrido: 31:35

posición en la categoría: 61(de 133)

mejor tiempo en la categoría: 32:01

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa	etapa	etapa	posició	retraso	posició	retraso	Total	Total	Total	posició	retraso	posició	retraso
	km	tiempo	min/km	categoría	categoría	Men	Men				categoría	categoría	Men	Men
Runde Langstrec	2.00	9:16	4:38	52	2:59	156	2:59	2.00	9:16	4:38	58	2:59	152	2:59
Runde Langstrec	2.00	9:19	4:39	59	2:56	176	2:56	4.00	18:35	4:38	58	5:55	152	5:55
Runde Langstrec	2.00	9:25	4:42	58	2:57	171	2:57	6.00	28:00	4:40	58	8:52	152	8:52
Runde Langstrec	2.00	9:30	4:45	60	3:06	168	3:06	8.00	37:30	4:41	58	11:58	151	11:58
Leichtathletikh	2.00	9:22	4:41	64	2:53	180	3:19	10.00	46:52	4:41	61	14:51	172	15:17