



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

evaluación detallada

Kriening, Henry

Dorsal: 1609

recorrido: 10.00 km

Vintage VDB Lauf

categoría:

Senioren M50 (50-59 Jahre)

tiempo total: 52:12

velocidad: 11.49 km/h

rendimiento en carrera: 5:13 min/km

posición en el recorrido/Total: 320 (de 637)

posición en el recorrido/Men: 287 (de 493)

mejor tiempo del recorrido: 31:35

posición en la categoría: 60(de 103)

mejor tiempo en la categoría: 41:32

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	11:39	5:49	84	3:43	386	5:22	2.00	11:39	5:49	46	1:34	243	5:22
Runde Langstrec	2.00	10:24	5:12	65	2:07	317	4:01	4.00	22:03	5:30	46	1:46	228	9:23
Runde Langstrec	2.00	10:11	5:05	51	1:44	262	3:43	6.00	32:14	5:22	45	1:45	227	13:06
Runde Langstrec	2.00	10:09	5:04	45	1:38	248	3:45	8.00	42:23	5:17	45	1:38	225	16:51
Leichtathletikh	2.00	9:49	4:54	39	1:36	244	3:46	10.00	52:12	5:13	60	10:40	287	20:37