



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

evaluación detallada

Lehmann, Michael

Asociación: Arnstadt

Dorsal: 1548

recorrido: 10.00 km

Vintage VDB Lauf

categoría:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

tiempo total: 56:51

velocidad: 10.55 km/h

rendimiento en carrera: 5:41 min/km

posición en el recorrido/Total: 478 (de 637)

posición en el recorrido/Men: 408 (de 493)

mejor tiempo del recorrido: 31:35

posición en la categoría: 115(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	9:53	4:56	70	3:36	209	3:36	2.00	9:53	4:56	75	3:36	198	3:36
Runde Langstrec	2.00	10:55	5:27	105	4:32	382	4:32	4.00	20:48	5:12	75	8:08	249	8:08
Runde Langstrec	2.00	11:37	5:48	118	5:09	427	5:09	6.00	32:25	5:24	75	13:17	248	13:17
Runde Langstrec	2.00	12:01	6:00	123	5:37	446	5:37	8.00	44:26	5:33	75	18:54	247	18:54
Leichtathletikh	2.00	12:25	6:12	127	5:56	460	6:22	10.00	56:51	5:41	115	24:50	408	25:16