



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

evaluación detallada

Stark, Ralf

Asociación: Arnstadt

Dorsal: 1146

recorrido: 10.00 km

Vintage VDB Lauf

categoría:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

tiempo total: 58:41

velocidad: 10.22 km/h

rendimiento en carrera: 5:52 min/km

posición en el recorrido/Total: 520 (de 637)

posición en el recorrido/Men: 435 (de 493)

mejor tiempo del recorrido: 31:35

posición en la categoría: 121(de 135)

mejor tiempo en la categoría: 33:35

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	13:37	6:48	133	7:09	488	7:20	2.00	13:37	6:48	81	7:09	291	7:20
Runde Langstrec	2.00	11:24	5:42	120	4:42	427	5:01	4.00	25:01	6:15	81	11:51	291	12:21
Runde Langstrec	2.00	11:17	5:38	112	4:25	402	4:49	6.00	36:18	6:02	81	16:16	290	17:10
Runde Langstrec	2.00	11:22	5:41	112	4:36	396	4:58	8.00	47:40	5:57	80	20:52	289	22:08
Leichtathletikh	2.00	11:01	5:30	107	4:14	383	4:58	10.00	58:41	5:52	121	25:06	435	27:06