



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

evaluación detallada

Albrecht, Dirk

Asociación: Worbis

Dorsal: 1333

recorrido: 10.00 km

Vintage VDB Lauf

categoría:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

tiempo total: 53:03

velocidad: 11.31 km/h

rendimiento en carrera: 5:18 min/km

posición en el recorrido/Total: 355 (de 637)

posición en el recorrido/Men: 317 (de 493)

mejor tiempo del recorrido: 31:35

posición en la categoría: 87(de 135)

mejor tiempo en la categoría: 33:35

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	stage score				Total score						
				retraso	posición	retraso	posición	Total	Total	Total	posición	retraso	posición	retraso
				Men	Men	Men	Men	km	tiempo	min/km	Men	Men	Men	Men
Runde Langstrec	2.00	10:22	5:11	69	3:54	256	4:05	2.00	10:22	5:11	125	3:54	446	4:05
Runde Langstrec	2.00	10:21	5:10	83	3:39	305	3:58	4.00	20:43	5:10	125	7:33	446	8:03
Runde Langstrec	2.00	10:44	5:21	94	3:52	340	4:16	6.00	31:27	5:14	125	11:25	320	12:19
Runde Langstrec	2.00	10:51	5:25	97	4:05	341	4:27	8.00	42:18	5:17	123	15:30	242	16:46
Leichtathletikh	2.00	10:45	5:22	105	3:58	361	4:42	10.00	53:03	5:18	87	19:28	317	21:28