



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

evaluación detallada

Meißner, Maik

Asociación: Erfurt

Dorsal: 1594

recorrido: 10.00 km

Vintage VDB Lauf

categoría:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

tiempo total: 49:34

velocidad: 12.10 km/h

rendimiento en carrera: 4:58 min/km

posición en el recorrido/Total: 246 (de 637)

posición en el recorrido/Men: 228 (de 493)

mejor tiempo del recorrido: 31:35

posición en la categoría: 75(de 133)

mejor tiempo en la categoría: 32:01

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	stage score				Total score						
				retraso	retraso	posición	retraso	retraso	posición	retraso	retraso			
			retraso	posición	retraso	posición	retraso	Total km	Total tiempo	Total min/km	posición	retraso	posición	retraso
			Men	Men	Men	Men	Men				Men	Men	Men	Men
Runde Langstrec	2.00	11:09	5:34	92	4:52	335	4:52	2.00	11:09	5:34	133	4:52	268	4:52
Runde Langstrec	2.00	9:38	4:48	72	3:15	216	3:15	4.00	20:47	5:11	133	8:07	485	8:07
Runde Langstrec	2.00	9:35	4:47	66	3:07	192	3:07	6.00	30:22	5:03	133	11:14	484	11:14
Runde Langstrec	2.00	9:37	4:48	63	3:13	179	3:13	8.00	39:59	4:59	132	14:27	246	14:27
Leichtathletikh	2.00	9:35	4:47	70	3:06	208	3:32	10.00	49:34	4:57	75	17:33	228	17:59