



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

evaluación detallada

Joost, Steffen

Asociación: Dosenbier neV

Dorsal: 44

recorrido: 4.00 km

Pokal der Sparkasse Mittelthüringen

categoría:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

tiempo total: 23:57

velocidad: 10.02 km/h

rendimiento en carrera: 5:59 min/km

posición en el recorrido/Total: 316 (de 446)

posición en el recorrido/Men: 222 (de 278)

mejor tiempo del recorrido: 12:07

posición en la categoría: 47(de 60)

mejor tiempo en la categoría: 14:12

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	retraso		retraso		Total km	Total tiempo	Total min/km	retraso		retraso	
				posición	categoría	posición	categoría				posición	categoría	posición	categoría
Runde Kurzstrecke	2.00	12:52	6:26	53	5:57	240	6:44	2.00	12:52	6:26	3	1:44	142	6:44
Leichtathletikhalle	2.00	11:05	5:32	42	3:48	180	5:06	4.00	23:57	5:59	47	9:45	222	11:50