



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

evaluación detallada

Ludewig, Heiko

Asociación: LTV Erfurt

Dorsal: 1385

recorrido: 10.00 km

Vintage VDB Lauf

categoría:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

tiempo total: 33:35

velocidad: 17.87 km/h

rendimiento en carrera: 3:22 min/km

posición en el recorrido/Total: 5 (de 637)

posición en el recorrido/Men: 5 (de 493)

mejor tiempo del recorrido: 31:35

posición en la categoría: 1(de 135)

mejor tiempo en la categoría: 33:35

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa min/km	stage score				Total score						
				posición categoría	retraso Men	posición Men	retraso Men	Total km	Total tiempo	Total min/km	posición categoría	retraso Men	posición Men	retraso Men
Runde Langstrec	2.00	6:28	3:14	1	-	5	0:11	2.00	6:28	3:14	1	-	5	0:11
Runde Langstrec	2.00	6:42	3:21	1	-	5	0:19	4.00	13:10	3:17	1	-	5	0:30
Runde Langstrec	2.00	6:52	3:25	1	-	5	0:24	6.00	20:02	3:20	1	-	5	0:54
Runde Langstrec	2.00	6:46	3:23	1	-	4	0:22	8.00	26:48	3:21	1	-	5	1:16
Leichtathletikh	2.00	6:47	3:23	1	-	5	0:44	10.00	33:35	3:21	1	-	5	2:00