



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

evaluación detallada

Höpping, Stefan

Asociación: Indoorbau Arnstadt

Dorsal: 1142

recorrido: 10.00 km

Vintage VDB Lauf

categoría:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

tiempo total: 45:12

velocidad: 13.27 km/h

rendimiento en carrera: 4:31 min/km

posición en el recorrido/Total: 136 (de 637)

posición en el recorrido/Men: 130 (de 493)

mejor tiempo del recorrido: 31:35

posición en la categoría: 52(de 133)

mejor tiempo en la categoría: 32:01

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	9:13	4:36	49	2:56	148	2:56	2.00	9:13	4:36	40	2:56	50	2:56
Runde Langstrec	2.00	9:32	4:46	67	3:09	198	3:09	4.00	18:45	4:41	40	6:05	96	6:05
Runde Langstrec	2.00	9:06	4:32	51	2:38	128	2:38	6.00	27:51	4:38	40	8:43	96	8:43
Runde Langstrec	2.00	9:02	4:30	48	2:38	112	2:38	8.00	36:53	4:36	40	11:21	95	11:21
Leichtathletikh	2.00	8:19	4:09	33	1:50	67	2:16	10.00	45:12	4:31	52	13:11	130	13:37