



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

evaluación detallada

Göbel, Sebastian

Asociación: Braunschweig

Dorsal: 1311

recorrido: 10.00 km

Vintage VDB Lauf

categoría:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

tiempo total: 44:19

velocidad: 13.54 km/h

rendimiento en carrera: 4:26 min/km

posición en el recorrido/Total: 111 (de 637)

posición en el recorrido/Men: 107 (de 493)

mejor tiempo del recorrido: 31:35

posición en la categoría: 43(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	8:48	4:24	39	2:31	102	2:31	2.00	8:48	4:24	39	2:31	94	2:31
Runde Langstrec	2.00	8:38	4:18	34	2:15	83	2:15	4.00	17:26	4:21	45	4:46	105	4:46
Runde Langstrec	2.00	8:55	4:27	47	2:27	110	2:27	6.00	26:21	4:23	45	7:13	105	7:13
Runde Langstrec	2.00	8:55	4:27	41	2:31	96	2:31	8.00	35:16	4:24	45	9:44	104	9:44
Leichtathletikh	2.00	9:03	4:31	55	2:34	143	3:00	10.00	44:19	4:25	43	12:18	107	12:44