



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

evaluación detallada

Frießleben, Sven

Asociación: Jena

Dorsal: 1279

recorrido: 10.00 km

Vintage VDB Lauf

categoría:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

tiempo total: 46:16

velocidad: 12.97 km/h

rendimiento en carrera: 4:38 min/km

posición en el recorrido/Total: 162 (de 637)

posición en el recorrido/Men: 156 (de 493)

mejor tiempo del recorrido: 31:35

posición en la categoría: 56(de 133)

mejor tiempo en la categoría: 32:01

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa min/km	stage score			Total score							
				posición categoría	retraso Men	posición Men	Total km	Total tiempo	Total min/km	posición categoría	retraso Men	posición Men		
Runde Langstrec	2.00	9:09	4:34	46	2:52	137	2:52	2.00	9:09	4:34	49	2:52	73	2:52
Runde Langstrec	2.00	9:12	4:35	58	2:49	166	2:49	4.00	18:21	4:35	49	5:41	120	5:41
Runde Langstrec	2.00	9:22	4:41	57	2:54	165	2:54	6.00	27:43	4:37	49	8:35	120	8:35
Runde Langstrec	2.00	9:35	4:47	62	3:11	175	3:11	8.00	37:18	4:39	49	11:46	112	11:46
Leichtathletikh	2.00	8:58	4:29	53	2:29	136	2:55	10.00	46:16	4:37	56	14:15	156	14:41