



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

evaluación detallada

Hengelhaupt, Thorsten

Asociación: SV Icktershausen

Dorsal: 1643

recorrido: 10.00 km

Vintage VDB Lauf

categoría:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

tiempo total: 45:30

velocidad: 13.19 km/h

rendimiento en carrera: 4:33 min/km

posición en el recorrido/Total: 147 (de 637)

posición en el recorrido/Men: 141 (de 493)

mejor tiempo del recorrido: 31:35

posición en la categoría: 53(de 133)

mejor tiempo en la categoría: 32:01

tiempos parciales

stage score

Total score

| control | etapa km | etapa tiempo | etapaposisió min/km | stage score | | | | Total score | | | | | | |
|-----------------|-------------|-----------------|------------------------|-------------|----------|----------|----------|-------------|-----------------|-------------------|---------|----------|---------|----------|
| | | | | retraso | posición | retraso | posición | Total km | Total tiempo | Total posición | retraso | posición | retraso | |
| | | | retraso | posición | retraso | posición | retraso | posición | retraso | posición | retraso | posición | retraso | posición |
| Runde Langstrec | 2.00 | 9:04 | 4:31 | 44 | 2:47 | 128 | 2:47 | 2.00 | 9:04 | 4:31 | 52 | 2:47 | 125 | 2:47 |
| Runde Langstrec | 2.00 | 8:54 | 4:27 | 53 | 2:31 | 132 | 2:31 | 4.00 | 17:58 | 4:29 | 52 | 5:18 | 121 | 5:18 |
| Runde Langstrec | 2.00 | 9:07 | 4:33 | 53 | 2:39 | 133 | 2:39 | 6.00 | 27:05 | 4:30 | 52 | 7:57 | 125 | 7:57 |
| Runde Langstrec | 2.00 | 9:17 | 4:38 | 53 | 2:53 | 143 | 2:53 | 8.00 | 36:22 | 4:32 | 52 | 10:50 | 124 | 10:50 |
| Leichtathletikh | 2.00 | 9:08 | 4:33 | 57 | 2:39 | 154 | 3:05 | 10.00 | 45:30 | 4:32 | 53 | 13:29 | 141 | 13:55 |