



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

evaluación detallada

Ehrhardt, Oliver

Asociación: Waldläufer

Dorsal: 1512

recorrido: 10.00 km

Vintage VDB Lauf

categoría:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

tiempo total: 47:45

velocidad: 12.57 km/h

rendimiento en carrera: 4:47 min/km

posición en el recorrido/Total: 196 (de 637)

posición en el recorrido/Men: 184 (de 493)

mejor tiempo del recorrido: 31:35

posición en la categoría: 62(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 categoría	retraso Men	retraso Men	retraso Men	Total km	Total tiempo	Total min/km	retraso categoría	retraso Men	retraso Men	
Runde Langstrec	2.00	10:37	5:18	81	4:20	282	4:20	2.00	10:37	5:18	57	4:20	145	4:20
Runde Langstrec	2.00	9:31	4:45	65	3:08	196	3:08	4.00	20:08	5:01	57	7:28	145	7:28
Runde Langstrec	2.00	9:28	4:44	61	3:00	177	3:00	6.00	29:36	4:56	57	10:28	145	10:28
Runde Langstrec	2.00	9:22	4:41	57	2:58	158	2:58	8.00	38:58	4:52	57	13:26	144	13:26
Leichtathletikh	2.00	8:47	4:23	51	2:18	114	2:44	10.00	47:45	4:46	62	15:44	184	16:10