



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

evaluación detallada

Adloff, Jens

Asociación: Erfurt

Dorsal: 1357

recorrido: 10.00 km

Vintage VDB Lauf

categoría:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

tiempo total: 47:17

velocidad: 12.69 km/h

rendimiento en carrera: 4:44 min/km

posición en el recorrido/Total: 187 (de 637)

posición en el recorrido/Men: 177 (de 493)

mejor tiempo del recorrido: 31:35

posición en la categoría: 52(de 135)

mejor tiempo en la categoría: 33:35

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	9:26	4:43	45	2:58	175	3:09	2.00	9:26	4:43	16	2:58	83	3:09
Runde Langstrec	2.00	9:10	4:34	45	2:28	158	2:47	4.00	18:36	4:39	30	5:26	113	5:56
Runde Langstrec	2.00	9:26	4:43	51	2:34	174	2:58	6.00	28:02	4:40	45	8:00	164	8:54
Runde Langstrec	2.00	9:47	4:53	60	3:01	200	3:23	8.00	37:49	4:43	44	11:01	163	12:17
Leichtathletikal	2.00	9:28	4:44	55	2:41	195	3:25	10.00	47:17	4:43	52	13:42	177	15:42