



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

evaluación detallada

Nessel, Torsten

Asociación: Easy Fun

Dorsal: 1712

recorrido: 10.00 km

Vintage VDB Lauf

categoría:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

tiempo total: 48:26

velocidad: 12.39 km/h

rendimiento en carrera: 4:50 min/km

posición en el recorrido/Total: 209 (de 637)

posición en el recorrido/Men: 194 (de 493)

mejor tiempo del recorrido: 31:35

posición en la categoría: 55(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	9:38	4:48	51	3:10	194	3:21	2.00	9:38	4:48	46	3:10	172	3:21
Runde Langstrec	2.00	9:40	4:49	63	2:58	218	3:17	4.00	19:18	4:49	46	6:08	172	6:38
Runde Langstrec	2.00	9:52	4:56	63	3:00	224	3:24	6.00	29:10	4:51	46	9:08	171	10:02
Runde Langstrec	2.00	9:52	4:56	63	3:06	210	3:28	8.00	39:02	4:52	45	12:14	170	13:30
Leichtathletikh	2.00	9:24	4:42	52	2:37	186	3:21	10.00	48:26	4:50	55	14:51	194	16:51