



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

evaluación detallada

Jahn, Mirko

Asociación: SSV Erfurt Nord e. V.

Dorsal: 39

recorrido: 4.00 km

Pokal der Sparkasse Mittelthüringen

categoría:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

tiempo total: 18:52

velocidad: 12.72 km/h

rendimiento en carrera: 4:43 min/km

posición en el recorrido/Total: 95 (de 446)

posición en el recorrido/Men: 81 (de 278)

mejor tiempo del recorrido: 12:07

posición en la categoría: 18(de 60)

mejor tiempo en la categoría: 14:12

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	stage score			Total score							
				retraso	posición	retraso	Total km	Total tiempo	Total posición	retraso	posición	retraso		
			retraso	posición	retraso	posición	retraso	posición	retraso	posición	retraso			
Runde Kurzstrecke	2.00	9:06	4:32	13	2:11	69	2:58	2.00	9:06	4:32	43	56	2:58	
Leichtathletikhalle	2.00	9:46	4:53	24	2:29	105	3:47	4.00	18:52	4:43	18	4:40	81	6:45