



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

evaluación detallada

Forkel, Jan

Asociación: Borntal eG

Dorsal: 1083

recorrido: 10.00 km

Vintage VDB Lauf

categoría:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

tiempo total: 49:04

velocidad: 12.23 km/h

rendimiento en carrera: 4:55 min/km

posición en el recorrido/Total: 231 (de 637)

posición en el recorrido/Men: 216 (de 493)

mejor tiempo del recorrido: 31:35

posición en la categoría: 63(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	9:42	4:50	52	3:14	197	3:25	2.00	9:42	4:50	57	3:14	144	3:25
Runde Langstrec	2.00	9:25	4:42	54	2:43	186	3:02	4.00	19:07	4:46	57	5:57	109	6:27
Runde Langstrec	2.00	9:47	4:53	61	2:55	217	3:19	6.00	28:54	4:48	57	8:52	182	9:46
Runde Langstrec	2.00	10:12	5:05	74	3:26	254	3:48	8.00	39:06	4:53	56	12:18	201	13:34
Leichtathletikh	2.00	9:58	4:59	75	3:11	265	3:55	10.00	49:04	4:54	63	15:29	216	17:29