



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

evaluación detallada

Gaßdorf, Thomas

Asociación: TTV Altenstein

Dorsal: 1518

recorrido: 10.00 km

Vintage VDB Lauf

categoría:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

tiempo total: 56:16

velocidad: 10.66 km/h

rendimiento en carrera: 5:38 min/km

posición en el recorrido/Total: 451 (de 637)

posición en el recorrido/Men: 389 (de 493)

mejor tiempo del recorrido: 31:35

posición en la categoría: 109(de 135)

mejor tiempo en la categoría: 33:35

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	stage score				Total score						
				retraso	posición	retraso	posición	Total km	Total tiempo	Total posición	retraso	posición	retraso	
			retraso	posición	retraso	posición	retraso	posición	retraso	posición	retraso	posición	retraso	posición
Runde Langstrec	2.00	12:42	6:20	127	6:14	464	6:25	72	6:14	251	6:25	72	6:14	251
Runde Langstrec	2.00	11:13	5:36	115	4:31	411	4:50	80	10:45	282	11:15	80	10:45	282
Runde Langstrec	2.00	10:52	5:26	99	4:00	357	4:24	80	14:45	281	15:39	80	14:45	281
Runde Langstrec	2.00	10:56	5:28	101	4:10	352	4:32	79	18:55	280	20:11	79	18:55	280
Leichtathletikh	2.00	10:33	5:16	95	3:46	332	4:30	109	22:41	389	24:41	109	22:41	389