



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

evaluación detallada

Siegling, Michael

Asociación: GutsMuts Rennsteiglaufverein
Dorsal: 1081

recorrido: 10.00 km
Vintage VDB Lauf

categoría:
Senioren M40 (40-49 Jahre)

tiempo total: 55:45

velocidad: 10.76 km/h
rendimiento en carrera: 5:35 min/km

posición en el recorrido/Total: 435 (de 637)

posición en el recorrido/Men: 379 (de 493)

mejor tiempo del recorrido: 31:35

posición en la categoría: 105(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	12:23	6:11	121	5:55	442	6:06	2.00	12:23	6:11	97	5:55	357	6:06
Runde Langstrec	2.00	10:54	5:27	106	4:12	380	4:31	4.00	23:17	5:49	97	10:07	357	10:37
Runde Langstrec	2.00	10:48	5:24	96	3:56	348	4:20	6.00	34:05	5:40	97	14:03	356	14:57
Runde Langstrec	2.00	10:59	5:29	102	4:13	357	4:35	8.00	45:04	5:38	96	18:16	355	19:32
Leichtathletikal	2.00	10:41	5:20	102	3:54	350	4:38	10.00	55:45	5:34	105	22:10	379	24:10