



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

evaluación detallada

Krause, Konstantin

Asociación: FC Rot-Weiß Erfurt

Dorsal: 1541

recorrido: 10.00 km

Vintage VDB Lauf

categoría:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

tiempo total: 56:12

velocidad: 10.68 km/h

rendimiento en carrera: 5:37 min/km

posición en el recorrido/Total: 447 (de 637)

posición en el recorrido/Men: 387 (de 493)

mejor tiempo del recorrido: 31:35

posición en la categoría: 108(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 categoría	retraso Men	retraso Men	retraso Men	Total km	Total tiempo	Total min/km	retraso categoría	retraso Men	retraso Men	
Runde Langstrec	2.00	12:35	6:17	126	6:07	457	6:18	2.00	12:35	6:17	98	6:07	329	6:18
Runde Langstrec	2.00	11:25	5:42	121	4:43	429	5:02	4.00	24:00	6:00	98	10:50	362	11:20
Runde Langstrec	2.00	11:07	5:33	109	4:15	389	4:39	6.00	35:07	5:51	98	15:05	270	15:59
Runde Langstrec	2.00	11:01	5:30	103	4:15	363	4:37	8.00	46:08	5:46	97	19:20	360	20:36
Leichtathletikh	2.00	10:04	5:01	79	3:17	274	4:01	10.00	56:12	5:37	108	22:37	387	24:37