



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

evaluación detallada

Thomas, Jochen

Asociación: Bad Langensalza

Dorsal: 1585

recorrido: 10.00 km

Vintage VDB Lauf

categoría:

Senioren M50 (50-59 Jahre)

tiempo total: 53:07

velocidad: 11.30 km/h

rendimiento en carrera: 5:19 min/km

posición en el recorrido/Total: 359 (de 637)

posición en el recorrido/Men: 321 (de 493)

mejor tiempo del recorrido: 31:35

posición en la categoría: 67(de 103)

mejor tiempo en la categoría: 41:32

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	stage score				Total score						
				retraso	retraso	posición	retraso	Total	Total	Total	posición	retraso	posición	retraso
				Men	Men	Men	Men	km	tiempo	min/km	Men	Men	Men	Men
Runde Langstrec	2.00	11:05	5:32	67	3:09	329	4:48	2.00	11:05	5:32	79	1:00	227	4:48
Runde Langstrec	2.00	10:19	5:09	62	2:02	299	3:56	4.00	21:24	5:20	79	1:07	293	8:44
Runde Langstrec	2.00	10:23	5:11	61	1:56	293	3:55	6.00	31:47	5:17	78	1:18	369	12:39
Runde Langstrec	2.00	10:41	5:20	69	2:10	325	4:17	8.00	42:28	5:18	78	1:43	228	16:56
Leichtathletikh	2.00	10:39	5:19	69	2:26	344	4:36	10.00	53:07	5:18	67	11:35	321	21:32