



# 41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

## evaluación detallada

**Werner, Heiko**

Asociación: Erfurt

Dorsal: 1108

recorrido: 10.00 km

Vintage VDB Lauf

categoría:

Senioren M50 (50-59 Jahre)

tiempo total: 46:47

velocidad: 12.83 km/h

rendimiento en carrera: 4:41 min/km

posición en el recorrido/Total: 177 (de 637)

posición en el recorrido/Men: 169 (de 493)

mejor tiempo del recorrido: 31:35

posición en la categoría: 19(de 103)

mejor tiempo en la categoría: 41:32

## 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	8:49	4:24	7	0:53	107	2:32	2.00	8:49	4:24	5	68	2:32	
Runde Langstrec	2.00	9:08	4:33	15	0:51	155	2:45	4.00	17:57	4:29	80	200	5:17	
Runde Langstrec	2.00	9:28	4:44	24	1:01	177	3:00	6.00	27:25	4:34	79	375	8:17	
Runde Langstrec	2.00	9:48	4:54	30	1:17	202	3:24	8.00	37:13	4:39	79	374	11:41	
Leichtathletikh	2.00	9:34	4:46	30	1:21	207	3:31	10.00	46:47	4:40	19	5:15	169	15:12