



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

evaluación detallada

Dell, Uwe

Dorsal: 1662

recorrido: 10.00 km

Vintage VDB Lauf

categoría:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

tiempo total: 51:35

velocidad: 11.63 km/h

rendimiento en carrera: 5:10 min/km

posición en el recorrido/Total: 305 (de 637)

posición en el recorrido/Men: 274 (de 493)

mejor tiempo del recorrido: 31:35

posición en la categoría: 76(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	retraso Men	Total km	Total tiempo	Total min/km	posición categoría	retraso Men	posición Men	retraso Men
Runde Langstrec	2.00	10:25	5:12	72	3:57	262	4:08	2.00	10:25	5:12	104	3:57	91	4:08
Runde Langstrec	2.00	10:05	5:02	74	3:23	266	3:42	4.00	20:30	5:07	104	7:20	381	7:50
Runde Langstrec	2.00	10:09	5:04	74	3:17	256	3:41	6.00	30:39	5:06	104	10:37	380	11:31
Runde Langstrec	2.00	10:19	5:09	79	3:33	273	3:55	8.00	40:58	5:07	69	14:10	245	15:26
Leichtathletikh	2.00	10:37	5:18	99	3:50	341	4:34	10.00	51:35	5:09	76	18:00	274	20:00