



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

evaluación detallada

Stephan, Rainer

Asociación: Erfurt

Dorsal: 1118

recorrido: 10.00 km

Vintage VDB Lauf

categoría:

Senioren M60 (60-69 Jahre)

tiempo total: 1:03:52

velocidad: 9.39 km/h

rendimiento en carrera: 6:23 min/km

posición en el recorrido/Total: 600 (de 637)

posición en el recorrido/Men: 475 (de 493)

mejor tiempo del recorrido: 31:35

posición en la categoría: 22(de 24)

mejor tiempo en la categoría: 43:58

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	12:45	6:22	21	4:17	469	6:28	2.00	12:45	6:22	5	2:03	389	6:28
Runde Langstrec	2.00	12:32	6:15	23	3:45	483	6:09	4.00	25:17	6:19	5	4:14	389	12:37
Runde Langstrec	2.00	12:41	6:20	22	3:45	476	6:13	6.00	37:58	6:19	5	6:31	388	18:50
Runde Langstrec	2.00	13:10	6:34	22	4:11	476	6:46	8.00	51:08	6:23	5	9:04	384	25:36
Leichtathletikh	2.00	12:44	6:21	21	3:56	465	6:41	10.00	1:03:52	6:23	22	19:54	475	32:17