



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

evaluación detallada

Förster, Chris

Dorsal: 1663

recorrido: 10.00 km

Vintage VDB Lauf

categoría:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

tiempo total: 54:32

velocidad: 11.00 km/h

rendimiento en carrera: 5:27 min/km

posición en el recorrido/Total: 398 (de 637)

posición en el recorrido/Men: 352 (de 493)

mejor tiempo del recorrido: 31:35

posición en la categoría: 95(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 | Total km | Total tiempo | Total min/km | posición categoría | retraso Men | posición Men | | |
| Runde Langstrec | 2.00 | 11:39 | 5:49 | 103 | 5:11 | 386 | 5:22 | 2.00 | 11:39 | 5:49 | 69 | 5:11 | 243 | 5:22 |
| Runde Langstrec | 2.00 | 10:51 | 5:25 | 102 | 4:09 | 372 | 4:28 | 4.00 | 22:30 | 5:37 | 114 | 9:20 | 406 | 9:50 |
| Runde Langstrec | 2.00 | 10:52 | 5:26 | 99 | 4:00 | 357 | 4:24 | 6.00 | 33:22 | 5:33 | 114 | 13:20 | 405 | 14:14 |
| Runde Langstrec | 2.00 | 10:51 | 5:25 | 97 | 4:05 | 341 | 4:27 | 8.00 | 44:13 | 5:31 | 112 | 17:25 | 401 | 18:41 |
| Leichtathletikh | 2.00 | 10:19 | 5:09 | 84 | 3:32 | 306 | 4:16 | 10.00 | 54:32 | 5:27 | 95 | 20:57 | 352 | 22:57 |