



# 41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

## evaluación detallada

**Elste, Daniel**

Asociación: Erfurt

Dorsal: 1410

recorrido: 10.00 km

Vintage VDB Lauf

categoría:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

tiempo total: 52:54

velocidad: 11.34 km/h

rendimiento en carrera: 5:17 min/km

posición en el recorrido/Total: 350 (de 637)

posición en el recorrido/Men: 312 (de 493)

mejor tiempo del recorrido: 31:35

posición en la categoría: 87(de 133)

mejor tiempo en la categoría: 32:01

## tiempos parciales

## stage score

## Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	stage score				Total score						
				retraso	posición	retraso	posición	Total km	Total tiempo	Total posición	retraso	posición	retraso	
			retraso	posición	retraso	posición	retraso	posición	retraso	posición	retraso	posición	retraso	posición
Runde Langstrec	2.00	11:15	5:37	94	4:58	348	4:58	2.00	11:15	5:37	105	4:58	234	4:58
Runde Langstrec	2.00	10:40	5:19	100	4:17	352	4:17	4.00	21:55	5:28	115	9:15	415	9:15
Runde Langstrec	2.00	10:48	5:24	97	4:20	348	4:20	6.00	32:43	5:27	115	13:35	414	13:35
Runde Langstrec	2.00	10:28	5:14	86	4:04	290	4:04	8.00	43:11	5:23	114	17:39	410	17:39
Leichtathletikh	2.00	9:43	4:51	72	3:14	223	3:40	10.00	52:54	5:17	87	20:53	312	21:19