



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

evaluación detallada

Rudolph, Marcel

Asociación: SV Erfurt

Dorsal: 1335

recorrido: 10.00 km

Vintage VDB Lauf

categoría:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

tiempo total: 54:47

velocidad: 10.95 km/h

rendimiento en carrera: 5:29 min/km

posición en el recorrido/Total: 408 (de 637)

posición en el recorrido/Men: 358 (de 493)

mejor tiempo del recorrido: 31:35

posición en la categoría: 97(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	11:45	5:52	109	5:17	402	5:28	2.00	11:45	5:52	64	5:17	218	5:28
Runde Langstrec	2.00	10:44	5:21	96	4:02	357	4:21	4.00	22:29	5:37	83	9:19	298	9:49
Runde Langstrec	2.00	10:49	5:24	97	3:57	352	4:21	6.00	33:18	5:32	85	13:16	303	14:10
Runde Langstrec	2.00	10:48	5:24	96	4:02	334	4:24	8.00	44:06	5:30	127	17:18	393	18:34
Leichtathletikh	2.00	10:41	5:20	102	3:54	350	4:38	10.00	54:47	5:28	97	21:12	358	23:12