



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

evaluación detallada

Steinbeck, Frank

Asociación: Großbreitenbacher Ski Verein

Dorsal: 1665

recorrido: 10.00 km

Vintage VDB Lauf

categoría:

Senioren M50 (50-59 Jahre)

tiempo total: 48:12

velocidad: 12.45 km/h

rendimiento en carrera: 4:49 min/km

posición en el recorrido/Total: 204 (de 637)

posición en el recorrido/Men: 190 (de 493)

mejor tiempo del recorrido: 31:35

posición en la categoría: 28(de 103)

mejor tiempo en la categoría: 41:32

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	retraso			Total km	Total tiempo	Total min/km	retraso				
				posición categoría	Men	Men				posición categoría	Men	Men		
Runde Langstrec	2.00	10:01	5:00	38	2:05	225	3:44	2.00	10:01	5:00	32	195	3:44	
Runde Langstrec	2.00	9:12	4:35	20	0:55	166	2:49	4.00	19:13	4:48	95	464	6:33	
Runde Langstrec	2.00	9:20	4:40	19	0:53	164	2:52	6.00	28:33	4:45	94	463	9:25	
Runde Langstrec	2.00	9:44	4:51	27	1:13	195	3:20	8.00	38:17	4:47	94	458	12:45	
Leichtathletikh	2.00	9:55	4:57	45	1:42	259	3:52	10.00	48:12	4:49	28	6:40	190	16:37