



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

evaluación detallada

Heinrich, Andreas

Asociación: Elxleben a.G.

Dorsal: 1133

recorrido: 10.00 km

Vintage VDB Lauf

categoría:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

tiempo total: 58:22

velocidad: 10.28 km/h

rendimiento en carrera: 5:50 min/km

posición en el recorrido/Total: 510 (de 637)

posición en el recorrido/Men: 428 (de 493)

mejor tiempo del recorrido: 31:35

posición en la categoría: 120(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 categoría	retraso Men	retraso Men	retraso Men	Total km	Total tiempo	Total min/km	retraso categoría	retraso Men	retraso Men	
Runde Langstrec	2.00	11:32	5:46	101	5:15	376	5:15	2.00	11:32	5:46	132	5:15	477	5:15
Runde Langstrec	2.00	11:49	5:54	127	5:26	466	5:26	4.00	23:21	5:50	132	10:41	477	10:41
Runde Langstrec	2.00	12:12	6:05	126	5:44	459	5:44	6.00	35:33	5:55	132	16:25	413	16:25
Runde Langstrec	2.00	11:51	5:55	119	5:27	434	5:27	8.00	47:24	5:55	131	21:52	471	21:52
Leichtathletikal	2.00	10:58	5:29	106	4:29	375	4:55	10.00	58:22	5:50	120	26:21	428	26:47