



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

evaluación detallada

Ernst, Sebastian

Asociación: Ingelheim

Dorsal: 1254

recorrido: 10.00 km

Vintage VDB Lauf

categoría:

Männer (20-29 Jahre)

tiempo total: 50:48

velocidad: 11.81 km/h

rendimiento en carrera: 5:05 min/km

posición en el recorrido/Total: 284 (de 637)

posición en el recorrido/Men: 257 (de 493)

mejor tiempo del recorrido: 31:35

posición en la categoría: 42(de 69)

mejor tiempo en la categoría: 31:35

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	Men				posición categoría	Men	Men	Men
Runde Langstrec	2.00	10:59	5:29	51	4:42	320	4:42	2.00	10:59	5:29	21	336	4:42	
Runde Langstrec	2.00	10:12	5:05	50	3:49	281	3:49	4.00	21:11	5:17	21	336	8:31	
Runde Langstrec	2.00	10:10	5:04	40	3:42	258	3:42	6.00	31:21	5:13	21	224	12:13	
Runde Langstrec	2.00	9:59	4:59	38	3:35	227	3:35	8.00	41:20	5:10	19	176	15:48	
Leichtathletikh	2.00	9:28	4:44	35	3:25	195	3:25	10.00	50:48	5:04	42	19:13	257	19:13