



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

evaluación detallada

Heinricht, Mario

Asociación: Osthäuser SV

Dorsal: 43

recorrido: 4.00 km

Pokal der Sparkasse Mittelthüringen

categoría:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

tiempo total: 21:44

velocidad: 11.04 km/h

rendimiento en carrera: 5:26 min/km

posición en el recorrido/Total: 197 (de 446)

posición en el recorrido/Men: 153 (de 278)

mejor tiempo del recorrido: 12:07

posición en la categoría: 31(de 60)

mejor tiempo en la categoría: 14:12

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	stage score			Total score							
				retraso	posición	retraso	Total km	Total tiempo	Total posición	retraso	posición	retraso		
			retraso	posición	retraso	posición	retraso	posición	retraso	posición	retraso			
Runde Kurzstrecke	2.00	11:07	5:33	33	4:12	159	4:59	2.00	11:07	5:33	48	88	4:59	
Leichtathletikhalle	2.00	10:37	5:18	35	3:20	149	4:38	4.00	21:44	5:26	31	7:32	153	9:37