



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

evaluación detallada

Flaig, Jörn

Asociación: Erfurt

Dorsal: 143

recorrido: 4.00 km

Pokal der Sparkasse Mittelthüringen

categoría:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

tiempo total: 23:41

velocidad: 10.13 km/h

rendimiento en carrera: 5:55 min/km

posición en el recorrido/Total: 299 (de 446)

posición en el recorrido/Men: 213 (de 278)

mejor tiempo del recorrido: 12:07

posición en la categoría: 44(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	posición	Total	Total	Total	posición	retraso	posición	retraso
				Men	Men	Men	Men	km	tiempo	min/km	Men	Men	Men	Men
Runde Kurzstreck	2.00	11:09	5:34	35	4:14	163	5:01	2.00	11:09	5:34	4	0:01	117	5:01
Leichtathletikhalle	2.00	12:32	6:15	49	5:15	242	6:33	4.00	23:41	5:55	44	9:29	213	11:34