



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

evaluación detallada

Quittenbaum, Michael

tiempo total: 22:23

Dorsal: 474

velocidad: 10.72 km/h

rendimiento en carrera: 5:36 min/km

recorrido: 4.00 km

posición en el recorrido/Total: 227 (de 446)

Pokal der Sparkasse Mittelthüringen

posición en el recorrido/Men: 172 (de 278)

mejor tiempo del recorrido: 12:07

categoría:

posición en la categoría: 19(de 41)

Senioren M30 (30-39 Jahre)

mejor tiempo en la categoría: 13:21

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	posición	retraso	posición	
Runde Kurzstrecke	2.00	12:23	6:11	29	5:42	223	6:15	8	0:52	212	6:15	19	9:02	172	10:16
Leichtathletikhalle	2.00	10:00	5:00	10	3:20	111	4:01	19	9:02	172	10:16	19	9:02	172	10:16