



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 categoría	posición Men	retraso Men	Total km	Total tiempo	Total posición	retraso categoría	posición Men	retraso Men		
Runde Kurzstrecke	2.00	12:23	6:11	29	5:42	223	6:15	2.00	12:23	6:11	8	0:52	212	6:15
Leichtathletikhalle	2.00	10:00	5:00	10	3:20	111	4:01	4.00	22:23	5:35	19	9:02	172	10:16