



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

evaluación detallada

Eras, Jens-Uwe

Dorsal: 185

recorrido: 4.00 km

Pokal der Sparkasse Mittelthüringen

categoría:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

tiempo total: 22:35

velocidad: 10.63 km/h

rendimiento en carrera: 5:39 min/km

posición en el recorrido/Total: 231 (de 446)

posición en el recorrido/Men: 173 (de 278)

mejor tiempo del recorrido: 12:07

posición en la categoría: 37(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 categoría	retraso Men	retraso Men	retraso Men	Total km	Total tiempo	Total min/km	retraso categoría	retraso Men	retraso Men	
Runde Kurzstrecke	2.00	11:08	5:33	34	4:13	161	5:00	2.00	11:08	5:33	1	-	106	5:00
Leichtathletikhalle	2.00	11:27	5:43	45	4:10	199	5:28	4.00	22:35	5:38	37	8:23	173	10:28