



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

evaluación detallada

Ochmann, Tom

Asociación: B.L.Sharks Kickboxen

Dorsal: 291

recorrido: 4.00 km

Pokal der Sparkasse Mittelthüringen

categoría:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

tiempo total: 28:13

velocidad: 8.51 km/h

rendimiento en carrera: 7:03 min/km

posición en el recorrido/Total: 415 (de 446)

posición en el recorrido/Men: 266 (de 278)

mejor tiempo del recorrido: 12:07

posición en la categoría: 40(de 41)

mejor tiempo en la categoría: 13:21

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	retraso		retraso		Total km	Total tiempo	Total min/km	retraso		retraso	
				cat	cat	Men	Men				cat	cat	Men	Men
Runde Kurzstrecke	2.00	13:11	6:35	36	6:30	252	7:03	2.00	13:11	6:35	18	1:40	146	7:03
Leichtathletikhalle	2.00	15:02	7:30	40	8:22	269	9:03	4.00	28:13	7:03	40	14:52	266	16:06