



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

evaluación detallada

Röske, Dirk

Dorsal: 350

recorrido: 4.00 km

Pokal der Sparkasse Mittelthüringen

categoría:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

tiempo total: 21:22

velocidad: 11.23 km/h

rendimiento en carrera: 5:20 min/km

posición en el recorrido/Total: 183 (de 446)

posición en el recorrido/Men: 147 (de 278)

mejor tiempo del recorrido: 12:07

posición en la categoría: 30(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	Total km	Total tiempo	Total posición	retraso	posición	retraso		
			retraso	posición	retraso	posición	retraso	posición	retraso	posición	retraso			
Runde Kurzstrecke	2.00	10:32	5:15	27	3:37	127	4:24	2.00	10:32	5:15	30	206	4:24	
Leichtathletikhalle	2.00	10:50	5:25	38	3:33	163	4:51	4.00	21:22	5:20	30	7:10	147	9:15