



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

evaluación detallada

Ruprecht, Dirk

Asociación: LTV Erfurt

Dorsal: 1571

recorrido: 10.00 km

Vintage VDB Lauf

categoría:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

tiempo total: 38:57

velocidad: 15.40 km/h

rendimiento en carrera: 3:54 min/km

posición en el recorrido/Total: 29 (de 637)

posición en el recorrido/Men: 27 (de 493)

mejor tiempo del recorrido: 31:35

posición en la categoría: 9(de 133)

mejor tiempo en la categoría: 32:01

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa min/km	stage score			Total score							
				posición categoría	retraso Men	posición Men	Total km	Total tiempo	Total min/km	posición categoría	retraso Men	posición Men		
Runde Langstrec	2.00	7:10	3:35	5	0:53	17	0:53	2.00	7:10	3:35	10	0:53	29	0:53
Runde Langstrec	2.00	7:45	3:52	8	1:22	25	1:22	4.00	14:55	3:43	10	2:15	29	2:15
Runde Langstrec	2.00	7:53	3:56	9	1:25	25	1:25	6.00	22:48	3:48	10	3:40	29	3:40
Runde Langstrec	2.00	8:02	4:00	10	1:38	30	1:38	8.00	30:50	3:51	10	5:18	28	5:18
Leichtathletikh	2.00	8:07	4:03	24	1:38	50	2:04	10.00	38:57	3:53	9	6:56	27	7:22