



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

evaluación detallada

Hengelhaupt, Thorsten

Asociación: SV Ichnershausen

Dorsal: 1643

recorrido: 10.00 km

Vintage VDB Lauf

categoría:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

tiempo total: 45:30

velocidad: 13.19 km/h

rendimiento en carrera: 4:33 min/km

posición en el recorrido/Total: 147 (de 637)

posición en el recorrido/Men: 141 (de 493)

mejor tiempo del recorrido: 31:35

posición en la categoría: 53(de 133)

mejor tiempo en la categoría: 32:01

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa min/km	posición		retraso		Total km	Total tiempo	Total min/km	posición		retraso	
				categoría	Men	categoría	Men				categoría	Men		
Runde Langstrec	2.00	9:04	4:31	44	2:47	128	2:47	2.00	9:04	4:31	52	2:47	125	2:47
Runde Langstrec	2.00	8:54	4:27	53	2:31	132	2:31	4.00	17:58	4:29	52	5:18	121	5:18
Runde Langstrec	2.00	9:07	4:33	53	2:39	133	2:39	6.00	27:05	4:30	52	7:57	125	7:57
Runde Langstrec	2.00	9:17	4:38	53	2:53	143	2:53	8.00	36:22	4:32	52	10:50	124	10:50
Leichtathletikh	2.00	9:08	4:33	57	2:39	154	3:05	10.00	45:30	4:32	53	13:29	141	13:55