



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

evaluación detallada

Gattinger, Ralf

Asociación: Breitung

Dorsal: 1517

recorrido: 10.00 km

Vintage VDB Lauf

categoría:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

tiempo total: 46:23

velocidad: 12.94 km/h

rendimiento en carrera: 4:38 min/km

posición en el recorrido/Total: 169 (de 637)

posición en el recorrido/Men: 162 (de 493)

mejor tiempo del recorrido: 31:35

posición en la categoría: 58(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	9:19	4:39	56	3:02	162	3:02	2.00	9:19	4:39	51	3:02	124	3:02
Runde Langstrec	2.00	9:09	4:34	57	2:46	157	2:46	4.00	18:28	4:36	55	5:48	139	5:48
Runde Langstrec	2.00	9:18	4:39	56	2:50	159	2:50	6.00	27:46	4:37	55	8:38	139	8:38
Runde Langstrec	2.00	9:25	4:42	58	3:01	162	3:01	8.00	37:11	4:38	53	11:39	126	11:39
Leichtathletikh	2.00	9:12	4:35	59	2:43	161	3:09	10.00	46:23	4:38	58	14:22	162	14:48