



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

evaluación detallada

Göring, Stephan

Asociación: Berufsfeuerwehr Erfurt

Dorsal: 1015

recorrido: 10.00 km

Vintage VDB Lauf

categoría:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

tiempo total: 43:49

velocidad: 13.69 km/h

rendimiento en carrera: 4:23 min/km

posición en el recorrido/Total: 99 (de 637)

posición en el recorrido/Men: 95 (de 493)

mejor tiempo del recorrido: 31:35

posición en la categoría: 42(de 133)

mejor tiempo en la categoría: 32:01

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	stage score				Total score						
				retraso categoría	retraso Men	retraso Men	retraso Men	Total km	Total tiempo	Total min/km	retraso categoría	retraso Men	retraso Men	
Runde Langstrec	2.00	9:18	4:39	54	3:01	159	3:01	2.00	9:18	4:39	34	3:01	80	3:01
Runde Langstrec	2.00	8:29	4:14	29	2:06	69	2:06	4.00	17:47	4:26	59	5:07	156	5:07
Runde Langstrec	2.00	8:45	4:22	36	2:17	84	2:17	6.00	26:32	4:25	34	7:24	80	7:24
Runde Langstrec	2.00	8:48	4:24	36	2:24	79	2:24	8.00	35:20	4:25	59	9:48	154	9:48
Leichtathletikh	2.00	8:29	4:14	40	2:00	80	2:26	10.00	43:49	4:22	42	11:48	95	12:14