



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

evaluación detallada

Liehr, Heiko

Asociación: SV Winterstein 90 e.V.

Dorsal: 1608

recorrido: 10.00 km

Vintage VDB Lauf

categoría:

Senioren M50 (50-59 Jahre)

tiempo total: 46:55

velocidad: 12.79 km/h

rendimiento en carrera: 4:41 min/km

posición en el recorrido/Total: 183 (de 637)

posición en el recorrido/Men: 173 (de 493)

mejor tiempo del recorrido: 31:35

posición en la categoría: 20(de 103)

mejor tiempo en la categoría: 41:32

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	9:12	4:35	19	1:16	146	2:55	2.00	9:12	4:35	11	121	2:55	
Runde Langstrec	2.00	9:18	4:39	22	1:01	173	2:55	4.00	18:30	4:37	21	162	5:50	
Runde Langstrec	2.00	9:22	4:41	20	0:55	165	2:54	6.00	27:52	4:38	20	161	8:44	
Runde Langstrec	2.00	9:40	4:49	24	1:09	184	3:16	8.00	37:32	4:41	20	160	12:00	
Leichtathletikh	2.00	9:23	4:41	25	1:10	183	3:20	10.00	46:55	4:41	20	5:23	173	15:20