



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 |