



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

evaluación detallada

Adloff, Jens

Asociación: Erfurt

Dorsal: 1357

recorrido: 10.00 km

Vintage VDB Lauf

categoría:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

tiempo total: 47:17

velocidad: 12.69 km/h

rendimiento en carrera: 4:44 min/km

posición en el recorrido/Total: 187 (de 637)

posición en el recorrido/Men: 177 (de 493)

mejor tiempo del recorrido: 31:35

posición en la categoría: 52(de 135)

mejor tiempo en la categoría: 33:35

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 | 9:26 | 4:43 | 45 | 2:58 | 175 | 3:09 | 2.00 | 9:26 | 4:43 | 16 | 2:58 | 83 | 3:09 |
| Runde Langstrec | 2.00 | 9:10 | 4:34 | 45 | 2:28 | 158 | 2:47 | 4.00 | 18:36 | 4:39 | 30 | 5:26 | 113 | 5:56 |
| Runde Langstrec | 2.00 | 9:26 | 4:43 | 51 | 2:34 | 174 | 2:58 | 6.00 | 28:02 | 4:40 | 45 | 8:00 | 164 | 8:54 |
| Runde Langstrec | 2.00 | 9:47 | 4:53 | 60 | 3:01 | 200 | 3:23 | 8.00 | 37:49 | 4:43 | 44 | 11:01 | 163 | 12:17 |
| Leichtathletikh | 2.00 | 9:28 | 4:44 | 55 | 2:41 | 195 | 3:25 | 10.00 | 47:17 | 4:43 | 52 | 13:42 | 177 | 15:42 |