



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

evaluación detallada

Gries, Karsten

Asociación: Sömmerdaer Gipfelstürmer

Dorsal: 1170

recorrido: 10.00 km

Vintage VDB Lauf

categoría:

Senioren M50 (50-59 Jahre)

tiempo total: 46:20

velocidad: 12.95 km/h

rendimiento en carrera: 4:38 min/km

posición en el recorrido/Total: 167 (de 637)

posición en el recorrido/Men: 159 (de 493)

mejor tiempo del recorrido: 31:35

posición en la categoría: 17(de 103)

mejor tiempo en la categoría: 41:32

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa posición min/km	stage score			Total score							
				posición categoría	retraso Men	retraso Men	Total km	Total tiempo	Total posición min/km	posición categoría	retraso Men	retraso Men		
Runde Langstrec	2.00	9:43	4:51	32	1:47	202	3:26	2.00	9:43	4:51	24	151	3:26	
Runde Langstrec	2.00	9:10	4:34	16	0:53	158	2:47	4.00	18:53	4:43	36	151	6:13	
Runde Langstrec	2.00	9:14	4:36	15	0:47	152	2:46	6.00	28:07	4:41	35	151	8:59	
Runde Langstrec	2.00	9:13	4:36	14	0:42	130	2:49	8.00	37:20	4:40	35	208	11:48	
Leichtathletikh	2.00	9:00	4:30	14	0:47	140	2:57	10.00	46:20	4:38	17	4:48	159	14:45