



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

evaluación detallada

Daniel, Michael

Asociación: The Running Dads

Dorsal: 1141

recorrido: 10.00 km

Vintage VDB Lauf

categoría:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

tiempo total: 53:02

velocidad: 11.31 km/h

rendimiento en carrera: 5:18 min/km

posición en el recorrido/Total: 353 (de 637)

posición en el recorrido/Men: 315 (de 493)

mejor tiempo del recorrido: 31:35

posición en la categoría: 85(de 135)

mejor tiempo en la categoría: 33:35

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	stage score				Total score							
				retraso	posición	retraso	posición	Total	Total	Total	posición	retraso	posición	retraso	
			retraso	posición	retraso	posición	retraso	posición	retraso	posición	retraso	posición	retraso	posición	retraso
Runde Langstrec	2.00	11:43	5:51	106	5:15	397	5:26	2.00	11:43	5:51	63	5:15	212	5:26	
Runde Langstrec	2.00	10:22	5:11	86	3:40	310	3:59	4.00	22:05	5:31	63	8:55	212	9:25	
Runde Langstrec	2.00	10:28	5:14	86	3:36	310	4:00	6.00	32:33	5:25	63	12:31	211	13:25	
Runde Langstrec	2.00	10:24	5:12	80	3:38	279	4:00	8.00	42:57	5:22	62	16:09	210	17:25	
Leichtathletikh	2.00	10:05	5:02	81	3:18	276	4:02	10.00	53:02	5:18	85	19:27	315	21:27	