



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	etapa min/km	stage score				Total score						
				posición categoría	retraso Men	posición Men	retraso Men	Total km	Total tiempo	Total min/km	posición categoría	retraso Men	posición Men	retraso Men
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