



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

evaluación detallada

Ehrhardt, Ronny

Asociación: Sportfreunde Herbsleben

Dorsal: 1513

recorrido: 10.00 km

Vintage VDB Lauf

categoría:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

tiempo total: 48:37

velocidad: 12.34 km/h

rendimiento en carrera: 4:52 min/km

posición en el recorrido/Total: 215 (de 637)

posición en el recorrido/Men: 200 (de 493)

mejor tiempo del recorrido: 31:35

posición en la categoría: 69(de 133)

mejor tiempo en la categoría: 32:01

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	stage score				Total score						
				retraso categoría	retraso Men	retraso Men	retraso Men	Total km	Total tiempo	Total min/km	retraso categoría	retraso Men	retraso Men	
Runde Langstrec	2.00	10:35	5:17	77	4:18	272	4:18	2.00	10:35	5:17	68	4:18	213	4:18
Runde Langstrec	2.00	9:31	4:45	65	3:08	196	3:08	4.00	20:06	5:01	74	7:26	240	7:26
Runde Langstrec	2.00	9:29	4:44	63	3:01	183	3:01	6.00	29:35	4:55	74	10:27	206	10:27
Runde Langstrec	2.00	9:30	4:45	60	3:06	168	3:06	8.00	39:05	4:53	74	13:33	238	13:33
Leichtathletikh	2.00	9:32	4:46	68	3:03	200	3:29	10.00	48:37	4:51	69	16:36	200	17:02