



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

evaluación detallada

Steinmetz, Mario

Asociación: SWE

Dorsal: 1700

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: 354 (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	Total km	Total tiempo	Total min/km	posición categoría	retraso Men	posición Men		
Runde Langstrec	2.00	11:39	5:49	103	5:11	386	5:22	2.00	11:39	5:49	69	5:11	243	5:22
Runde Langstrec	2.00	10:39	5:19	93	3:57	350	4:16	4.00	22:18	5:34	69	9:08	243	9:38
Runde Langstrec	2.00	10:21	5:10	79	3:29	285	3:53	6.00	32:39	5:26	69	12:37	215	13:31
Runde Langstrec	2.00	10:15	5:07	75	3:29	259	3:51	8.00	42:54	5:21	68	16:06	241	17:22
Leichtathletikh	2.00	10:08	5:03	82	3:21	280	4:05	10.00	53:02	5:18	85	19:27	315	21:27