



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

evaluación detallada

Becker, Ingo

Asociación: BW Strausberg

Dorsal: 1606

recorrido: 10.00 km

Vintage VDB Lauf

categoría:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

tiempo total: 57:09

velocidad: 10.50 km/h

rendimiento en carrera: 5:43 min/km

posición en el recorrido/Total: 485 (de 637)

posición en el recorrido/Men: 413 (de 493)

mejor tiempo del recorrido: 31:35

posición en la categoría: 117(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	11:10	5:34	93	4:53	337	4:53	2.00	11:10	5:34	76	4:53	250	4:53
Runde Langstrec	2.00	11:08	5:33	110	4:45	402	4:45	4.00	22:18	5:34	76	9:38	243	9:38
Runde Langstrec	2.00	11:29	5:44	116	5:01	419	5:01	6.00	33:47	5:37	76	14:39	249	14:39
Runde Langstrec	2.00	11:30	5:45	115	5:06	416	5:06	8.00	45:17	5:39	76	19:45	248	19:45
Leichtathletikh	2.00	11:52	5:56	121	5:23	440	5:49	10.00	57:09	5:42	117	25:08	413	25:34