



# 41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

## evaluación detallada

Paris, Thomas

Asociación: Erfurt

Dorsal: 1184

recorrido: 10.00 km

Vintage VDB Lauf

categoría:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

tiempo total: 56:31

velocidad: 10.62 km/h

rendimiento en carrera: 5:39 min/km

posición en el recorrido/Total: 463 (de 637)

posición en el recorrido/Men: 396 (de 493)

mejor tiempo del recorrido: 31:35

posición en la categoría: 110(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	12:46	6:23	126	6:29	470	6:29	2.00	12:46	6:23	78	6:29	264	6:29
Runde Langstrec	2.00	10:57	5:28	106	4:34	385	4:34	4.00	23:43	5:55	78	11:03	264	11:03
Runde Langstrec	2.00	10:51	5:25	100	4:23	354	4:23	6.00	34:34	5:45	78	15:26	263	15:26
Runde Langstrec	2.00	11:04	5:31	103	4:40	368	4:40	8.00	45:38	5:42	78	20:06	262	20:06
Leichtathletikal	2.00	10:53	5:26	104	4:24	369	4:50	10.00	56:31	5:39	110	24:30	396	24:56