



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

evaluación detallada

Lünser, Christian

Asociación: BSG Steigerwald Egstedt

Dorsal: 1267

recorrido: 10.00 km

Vintage VDB Lauf

categoría:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

tiempo total: 54:08

velocidad: 11.08 km/h

rendimiento en carrera: 5:25 min/km

posición en el recorrido/Total: 381 (de 637)

posición en el recorrido/Men: 339 (de 493)

mejor tiempo del recorrido: 31:35

posición en la categoría: 93(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	retraso	posición	posición	retraso	retraso	posición	posición			
				Men	Men	Men	Men	Men	Men	Men	Men	Men	Men	Men
Runde Langstrec	2.00	11:35	5:47	102	5:18	380	5:18	2.00	11:35	5:47	91	5:18	211	5:18
Runde Langstrec	2.00	10:19	5:09	87	3:56	299	3:56	4.00	21:54	5:28	91	9:14	316	9:14
Runde Langstrec	2.00	10:39	5:19	95	4:11	334	4:11	6.00	32:33	5:25	73	13:25	211	13:25
Runde Langstrec	2.00	10:59	5:29	99	4:35	357	4:35	8.00	43:32	5:26	91	18:00	256	18:00
Leichtathletikh	2.00	10:36	5:17	98	4:07	339	4:33	10.00	54:08	5:24	93	22:07	339	22:33