



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

evaluación detallada

Urban, Rene

Asociación: Lengfeld

Dorsal: 1132

recorrido: 10.00 km

Vintage VDB Lauf

categoría:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

tiempo total: 57:55

velocidad: 10.36 km/h

rendimiento en carrera: 5:47 min/km

posición en el recorrido/Total: 497 (de 637)

posición en el recorrido/Men: 419 (de 493)

mejor tiempo del recorrido: 31:35

posición en la categoría: 118(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 | posición | retraso | posición | Total km | Total tiempo | Total posición | retraso | posición | retraso | |
| | | | retraso | posición | retraso | posición | retraso | posición | retraso | posición | retraso | posición | retraso | posición |
| Runde Langstrec | 2.00 | 10:50 | 5:25 | 88 | 4:33 | 306 | 4:33 | 2.00 | 10:50 | 5:25 | 94 | 4:33 | 327 | 4:33 |
| Runde Langstrec | 2.00 | 11:23 | 5:41 | 118 | 5:00 | 425 | 5:00 | 4.00 | 22:13 | 5:33 | 94 | 9:33 | 327 | 9:33 |
| Runde Langstrec | 2.00 | 12:05 | 6:02 | 124 | 5:37 | 456 | 5:37 | 6.00 | 34:18 | 5:42 | 94 | 15:10 | 326 | 15:10 |
| Runde Langstrec | 2.00 | 12:11 | 6:05 | 125 | 5:47 | 452 | 5:47 | 8.00 | 46:29 | 5:48 | 94 | 20:57 | 325 | 20:57 |
| Leichtathletikh | 2.00 | 11:26 | 5:43 | 118 | 4:57 | 422 | 5:23 | 10.00 | 57:55 | 5:47 | 118 | 25:54 | 419 | 26:20 |