



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

evaluación detallada

Glock, Rüdiger

Asociación: TSV 1898 Mittelhausen e.V.

Dorsal: 1121

recorrido: 10.00 km

Vintage VDB Lauf

categoría:

Senioren M60 (60-69 Jahre)

tiempo total: 1:01:16

velocidad: 9.79 km/h

rendimiento en carrera: 6:08 min/km

posición en el recorrido/Total: 572 (de 637)

posición en el recorrido/Men: 461 (de 493)

mejor tiempo del recorrido: 31:35

posición en la categoría: 20(de 24)

mejor tiempo en la categoría: 43:58

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	12:01	6:00	16	3:33	423	5:44	2.00	12:01	6:00	12	1:19	328	5:44
Runde Langstrec	2.00	11:40	5:49	20	2:53	457	5:17	4.00	23:41	5:55	12	2:38	283	11:01
Runde Langstrec	2.00	12:13	6:06	20	3:17	461	5:45	6.00	35:54	5:59	12	4:27	311	16:46
Runde Langstrec	2.00	12:37	6:18	21	3:38	464	6:13	8.00	48:31	6:03	11	6:27	326	22:59
Leichtathletikal	2.00	12:45	6:22	22	3:57	467	6:42	10.00	1:01:16	6:07	20	17:18	461	29:41