



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

evaluación detallada

Hempel, Matthias

Asociación: Triathlon-Club-Suhl

Dorsal: 1719

recorrido: 10.00 km

Vintage VDB Lauf

categoría:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

tiempo total: 49:07

velocidad: 12.22 km/h

rendimiento en carrera: 4:55 min/km

posición en el recorrido/Total: 232 (de 637)

posición en el recorrido/Men: 217 (de 493)

mejor tiempo del recorrido: 31:35

posición en la categoría: 64(de 135)

mejor tiempo en la categoría: 33:35

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	stage score			Total score							
				retraso	posición	retraso	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	9:59	4:59	60	3:31	224	3:42	2.00	9:59	4:59	95	3:31	350	3:42
Runde Langstrec	2.00	9:30	4:45	57	2:48	192	3:07	4.00	19:29	4:52	95	6:19	350	6:49
Runde Langstrec	2.00	9:52	4:56	63	3:00	224	3:24	6.00	29:21	4:53	95	9:19	349	10:13
Runde Langstrec	2.00	10:00	5:00	67	3:14	231	3:36	8.00	39:21	4:55	94	12:33	348	13:49
Leichtathletikh	2.00	9:46	4:53	67	2:59	232	3:43	10.00	49:07	4:54	64	15:32	217	17:32