



# 41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

## evaluación detallada

**Ertel, Frank**

Asociación: Mühlhäuser Läuferwölfe

Dorsal: 1096

recorrido: 10.00 km

Vintage VDB Lauf

categoría:

Senioren M50 (50-59 Jahre)

tiempo total: 58:49

velocidad: 10.20 km/h

rendimiento en carrera: 5:53 min/km

posición en el recorrido/Total: 526 (de 637)

posición en el recorrido/Men: 439 (de 493)

mejor tiempo del recorrido: 31:35

posición en la categoría: 90(de 103)

mejor tiempo en la categoría: 41:32

## tiempos parciales

## stage score

## Total score

| control          | etapa<br>km | etapa<br>tiempo | etapa<br>min/km | stage score           |                |                 | Total score |                 |                 |                       |                |                 |     |       |
|------------------|-------------|-----------------|-----------------|-----------------------|----------------|-----------------|-------------|-----------------|-----------------|-----------------------|----------------|-----------------|-----|-------|
|                  |             |                 |                 | posición<br>categoría | retraso<br>Men | posición<br>Men | Total<br>km | Total<br>tiempo | Total<br>min/km | posición<br>categoría | retraso<br>Men | posición<br>Men |     |       |
| Runde Langstrec  | 2.00        | 11:33           | 5:46            | 83                    | 3:37           | 377             | 5:16        | 2.00            | 11:33           | 5:46                  | 76             | 1:28            | 298 | 5:16  |
| Runde Langstrec  | 2.00        | 10:55           | 5:27            | 79                    | 2:38           | 382             | 4:32        | 4.00            | 22:28           | 5:36                  | 76             | 2:11            | 341 | 9:48  |
| Runde Langstrec  | 2.00        | 11:29           | 5:44            | 85                    | 3:02           | 419             | 5:01        | 6.00            | 33:57           | 5:39                  | 75             | 3:28            | 359 | 14:49 |
| Runde Langstrec  | 2.00        | 12:55           | 6:27            | 99                    | 4:24           | 474             | 6:31        | 8.00            | 46:52           | 5:51                  | 75             | 6:07            | 358 | 21:20 |
| Leichtathletikal | 2.00        | 11:57           | 5:58            | 93                    | 3:44           | 442             | 5:54        | 10.00           | 58:49           | 5:52                  | 90             | 17:17           | 439 | 27:14 |