



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

evaluación detallada

Krause, Konstantin

Asociación: FC Rot-Weiß Erfurt

Dorsal: 1541

recorrido: 10.00 km

Vintage VDB Lauf

categoría:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

tiempo total: 56:12

velocidad: 10.68 km/h

rendimiento en carrera: 5:37 min/km

posición en el recorrido/Total: 447 (de 637)

posición en el recorrido/Men: 387 (de 493)

mejor tiempo del recorrido: 31:35

posición en la categoría: 108(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 | 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 | 12:35 | 6:17 | 126 | 6:07 | 457 | 6:18 | 2.00 | 12:35 | 6:17 | 98 | 6:07 | 329 | 6:18 |
| Runde Langstrec | 2.00 | 11:25 | 5:42 | 121 | 4:43 | 429 | 5:02 | 4.00 | 24:00 | 6:00 | 98 | 10:50 | 362 | 11:20 |
| Runde Langstrec | 2.00 | 11:07 | 5:33 | 109 | 4:15 | 389 | 4:39 | 6.00 | 35:07 | 5:51 | 98 | 15:05 | 270 | 15:59 |
| Runde Langstrec | 2.00 | 11:01 | 5:30 | 103 | 4:15 | 363 | 4:37 | 8.00 | 46:08 | 5:46 | 97 | 19:20 | 360 | 20:36 |
| Leichtathletikh | 2.00 | 10:04 | 5:01 | 79 | 3:17 | 274 | 4:01 | 10.00 | 56:12 | 5:37 | 108 | 22:37 | 387 | 24:37 |