



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

evaluación detallada

Werner, Heiko

Asociación: Erfurt

Dorsal: 1108

recorrido: 10.00 km

Vintage VDB Lauf

categoría:

Senioren M50 (50-59 Jahre)

tiempo total: 46:47

velocidad: 12.83 km/h

rendimiento en carrera: 4:41 min/km

posición en el recorrido/Total: 177 (de 637)

posición en el recorrido/Men: 169 (de 493)

mejor tiempo del recorrido: 31:35

posición en la categoría: 19(de 103)

mejor tiempo en la categoría: 41:32

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 | 8:49 | 4:24 | 7 | 0:53 | 107 | 2:32 | 2.00 | 8:49 | 4:24 | 5 | 68 | 2:32 | |
| Runde Langstrec | 2.00 | 9:08 | 4:33 | 15 | 0:51 | 155 | 2:45 | 4.00 | 17:57 | 4:29 | 80 | 200 | 5:17 | |
| Runde Langstrec | 2.00 | 9:28 | 4:44 | 24 | 1:01 | 177 | 3:00 | 6.00 | 27:25 | 4:34 | 79 | 375 | 8:17 | |
| Runde Langstrec | 2.00 | 9:48 | 4:54 | 30 | 1:17 | 202 | 3:24 | 8.00 | 37:13 | 4:39 | 79 | 374 | 11:41 | |
| Leichtathletikh | 2.00 | 9:34 | 4:46 | 30 | 1:21 | 207 | 3:31 | 10.00 | 46:47 | 4:40 | 19 | 5:15 | 169 | 15:12 |