



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

evaluación detallada

Dalbert, Frank

Asociación: Chaosteam - RSL

Dorsal: 1217

recorrido: 10.00 km

Vintage VDB Lauf

categoría:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

tiempo total: 53:55

velocidad: 11.13 km/h

rendimiento en carrera: 5:23 min/km

posición en el recorrido/Total: 378 (de 637)

posición en el recorrido/Men: 336 (de 493)

mejor tiempo del recorrido: 31:35

posición en la categoría: 92(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 categoría	retraso Men	retraso Men	retraso Men	Total km	Total tiempo	Total min/km	retraso categoría	retraso Men	retraso Men	
Runde Langstrec	2.00	10:28	5:14	73	4:00	265	4:11	2.00	10:28	5:14	108	4:00	205	4:11
Runde Langstrec	2.00	10:48	5:24	101	4:06	365	4:25	4.00	21:16	5:18	91	8:06	333	8:36
Runde Langstrec	2.00	10:58	5:29	103	4:06	366	4:30	6.00	32:14	5:22	108	12:12	227	13:06
Runde Langstrec	2.00	11:05	5:32	105	4:19	371	4:41	8.00	43:19	5:24	106	16:31	386	17:47
Leichtathletikh	2.00	10:36	5:17	98	3:49	339	4:33	10.00	53:55	5:23	92	20:20	336	22:20