



# 41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

## evaluación detallada

Förster, Chris

Dorsal: 1663

recorrido: 10.00 km

Vintage VDB Lauf

categoría:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

tiempo total: 54:32

velocidad: 11.00 km/h

rendimiento en carrera: 5:27 min/km

posición en el recorrido/Total: 398 (de 637)

posición en el recorrido/Men: 352 (de 493)

mejor tiempo del recorrido: 31:35

posición en la categoría: 95(de 135)

mejor tiempo en la categoría: 33:35

## 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	11:39	5:49	103	5:11	386	5:22	2.00	11:39	5:49	69	5:11	243	5:22
Runde Langstrec	2.00	10:51	5:25	102	4:09	372	4:28	4.00	22:30	5:37	114	9:20	406	9:50
Runde Langstrec	2.00	10:52	5:26	99	4:00	357	4:24	6.00	33:22	5:33	114	13:20	405	14:14
Runde Langstrec	2.00	10:51	5:25	97	4:05	341	4:27	8.00	44:13	5:31	112	17:25	401	18:41
Leichtathletikh	2.00	10:19	5:09	84	3:32	306	4:16	10.00	54:32	5:27	95	20:57	352	22:57