



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

evaluación detallada

Elste, Daniel

Asociación: Erfurt

Dorsal: 1410

recorrido: 10.00 km

Vintage VDB Lauf

categoría:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

tiempo total: 52:54

velocidad: 11.34 km/h

rendimiento en carrera: 5:17 min/km

posición en el recorrido/Total: 350 (de 637)

posición en el recorrido/Men: 312 (de 493)

mejor tiempo del recorrido: 31:35

posición en la categoría: 87(de 133)

mejor tiempo en la categoría: 32:01

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	11:15	5:37	94	4:58	348	4:58	2.00	11:15	5:37	105	4:58	234	4:58
Runde Langstrec	2.00	10:40	5:19	100	4:17	352	4:17	4.00	21:55	5:28	115	9:15	415	9:15
Runde Langstrec	2.00	10:48	5:24	97	4:20	348	4:20	6.00	32:43	5:27	115	13:35	414	13:35
Runde Langstrec	2.00	10:28	5:14	86	4:04	290	4:04	8.00	43:11	5:23	114	17:39	410	17:39
Leichtathletikh	2.00	9:43	4:51	72	3:14	223	3:40	10.00	52:54	5:17	87	20:53	312	21:19