



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

evaluación detallada

Bethke, Steven

Asociación: Erfurt

Dorsal: 1453

recorrido: 10.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

categoría:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

tiempo total: 47:41

velocidad: 12.58 km/h

rendimiento en carrera: 4:46 min/km

posición en el recorrido/Total: 236 (de 618)

posición en el recorrido/Men: 221 (de 500)

mejor tiempo del recorrido: 31:03

posición en la categoría: 53(de 107)

mejor tiempo en la categoría: 34:41

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	retraso			Total km	Total tiempo	Total min/km	retraso			Total Men	Total Men
				posición	categoría	Men				posición	categoría	Men		
Runde	2.00	9:00	4:30	36	2:15	161	2:57	2.00	9:00	4:30	98	0:32	462	0:30
Runde	2.00	9:21	4:40	50	2:26	208	3:15	4.00	18:21	4:35	24	1:12	108	6:03
Runde	2.00	9:39	4:49	56	2:34	233	3:25	6.00	28:00	4:40	107	2:08	273	9:28
Runde	2.00	9:51	4:55	58	2:44	249	3:35	8.00	37:51	4:43	107	3:12	496	13:03
Leichtathletikhalle	2.00	9:50	4:55	64	3:02	279	3:39	10.00	47:41	4:46	53	13:00	222	21:13