



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

evaluación detallada

Köbis, Uwe

Asociación: SV Empor Walschleben

Dorsal: 68

recorrido: 4.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelhünigsen

categoría:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

tiempo total: 20:07

velocidad: 11.93 km/h

rendimiento en carrera: 5:02 min/km

posición en el recorrido/Total: 150 (de 389)

posición en el recorrido/Men: 117 (de 249)

mejor tiempo del recorrido: 11:54

posición en la categoría: 28(de 63)

mejor tiempo en la categoría: 14:23

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	retraso			Total km	Total tiempo	Total min/km	retraso			
				posición categoría	Men	Men				posición categoría	Men	Men	
Runde	2.00	10:15	5:07	32	3:14	130	2.00	10:15	5:07	53	0:29	82	4:15
Leichtathletikhalle	2.00	9:52	4:56	26	2:30	106	4.00	20:07	5:01	28	5:44	117	8:13