



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

evaluación detallada

Hopf, Jochen

Asociación: Lauftreff Ina

Dorsal: 318

recorrido: 4.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelfranken

categoría:

Senioren M50 (50-59 Jahre)

tiempo total: 21:16

velocidad: 11.29 km/h

rendimiento en carrera: 5:19 min/km

posición en el recorrido/Total: 189 (de 389)

posición en el recorrido/Men: 147 (de 249)

mejor tiempo del recorrido: 11:54

posición en la categoría: 12(de 26)

mejor tiempo en la categoría: 14:56

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 | 10:20 | 5:10 | 10 | 2:57 | 133 | 4:21 | 2.00 | 10:20 | 5:10 | 17 | 108 | 4:20 | |
| Leichtathletikhalle | 2.00 | 10:56 | 5:28 | 18 | 3:23 | 172 | 5:02 | 4.00 | 21:16 | 5:18 | 12 | 6:20 | 147 | 9:22 |