



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

evaluación detallada

Kirchner, Björn

Asociación: FC Rot-Weiß Erfurt e.V.

Dorsal: 302

recorrido: 4.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelfranken

categoría:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

tiempo total: 20:07

velocidad: 11.93 km/h

rendimiento en carrera: 5:02 min/km

posición en el recorrido/Total: 151 (de 389)

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

mejor tiempo del recorrido: 11:54

posición en la categoría: 13(de 32)

mejor tiempo en la categoría: 13:15

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa min/km	retraso			Total km	Total tiempo	Total min/km	retraso			
				posición categoría	Men	Men				posición categoría	Men	Men	
Runde	2.00	9:57	4:58	12	3:22	110	2.00	9:57	4:58	23	93	3:57	
Leichtathletikhalle	2.00	10:10	5:04	20	3:30	133	4.00	20:07	5:01	13	6:52	117	8:13