



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

evaluación detallada

Kornhas, Christoph

Asociación: SV Emsetal

Dorsal: 375

recorrido: 4.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelfranken

categoría:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

tiempo total: 14:38

velocidad: 16.40 km/h

rendimiento en carrera: 3:40 min/km

posición en el recorrido/Total: 17 (de 389)

posición en el recorrido/Men: 14 (de 249)

mejor tiempo del recorrido: 11:54

posición en la categoría: 3(de 32)

mejor tiempo en la categoría: 13:15

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	7:00	3:30	2	0:25	10	2.00	7:00	3:30	31	14	1:00	
Leichtathletikhalle	2.00	7:38	3:49	3	0:58	17	4.00	14:38	3:39	3	1:23	14	2:44