



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

evaluación detallada

Urumpe, Jens

Asociación: Erfurt

Dorsal: 400

recorrido: 4.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelfranken

categoría:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

tiempo total: 23:54

velocidad: 10.04 km/h

rendimiento en carrera: 5:59 min/km

posición en el recorrido/Total: 283 (de 389)

posición en el recorrido/Men: 213 (de 249)

mejor tiempo del recorrido: 11:54

posición en la categoría: 25(de 32)

mejor tiempo en la categoría: 13:15

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa min/km	stage score			Total score							
				posición categoría	retraso Men	retraso Men	Total km	Total tiempo	Total min/km	posición categoría	retraso Men	retraso Men		
Runde	2.00	12:05	6:02	24	5:30	209	6:06	2.00	12:05	6:02	18	1:29	135	6:05
Leichtathletikhalle	2.00	11:49	5:54	28	5:09	214	5:55	4.00	23:54	5:58	25	10:39	213	12:00