



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

evaluación detallada

Bäster, Manfred

Asociación: USV Jena

Dorsal: 152

recorrido: 4.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelfranken

categoría:

Senioren M70 (70 und älter Jahre)

tiempo total: 22:14

velocidad: 10.79 km/h

rendimiento en carrera: 5:34 min/km

posición en el recorrido/Total: 232 (de 389)

posición en el recorrido/Men: 180 (de 249)

mejor tiempo del recorrido: 11:54

posición en la categoría: 4(de 10)

mejor tiempo en la categoría: 18:23

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	11:09	5:34	6	2:08	177	2.00	11:09	5:34	3	2:08	126	5:09
Leichtathletikhalle	2.00	11:05	5:32	4	1:43	186	4.00	22:14	5:33	4	3:51	180	10:20