



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

evaluación detallada

Koch, Stefan

Asociación: SC Fortuna Erfurt

Dorsal: 295

recorrido: 4.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelfranken

categoría:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

tiempo total: 23:08

velocidad: 10.37 km/h

rendimiento en carrera: 5:47 min/km

posición en el recorrido/Total: 260 (de 389)

posición en el recorrido/Men: 199 (de 249)

mejor tiempo del recorrido: 11:54

posición en la categoría: 53(de 63)

mejor tiempo en la categoría: 14:23

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	retraso		retraso		Total km	Total tiempo	Total min/km	retraso		retraso	
				posición	categoría	posición	categoría				posición	categoría	posición	categoría
Runde	2.00	11:50	5:55	54	4:49	199	5:51	2.00	11:50	5:55	15	2:04	188	5:50
Leichtathletikhalle	2.00	11:18	5:39	52	3:56	198	5:24	4.00	23:08	5:46	53	8:45	199	11:14