



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

evaluación detallada

Sahl, Andreas

Asociación: RSV Adler Arnstadt

Dorsal: 38

recorrido: 4.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelfranken

categoría:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

tiempo total: 17:56

velocidad: 13.38 km/h

rendimiento en carrera: 4:29 min/km

posición en el recorrido/Total: 74 (de 389)

posición en el recorrido/Men: 60 (de 249)

mejor tiempo del recorrido: 11:54

posición en la categoría: 12(de 63)

mejor tiempo en la categoría: 14:23

tiempos parciales

stage score

Total score

| control | etapa km | etapa tiempo | etapa min/km | stage score | | | Total score | | | | | | | |
|---------------------|-------------|-----------------|-----------------|-----------------------|----------------|-----------------|----------------|-----------------------|----------------|-----------------|----|------|------|------|
| | | | | posición categoría | retraso Men | posición Men | retraso Men | posición categoría | retraso Men | posición Men | | | | |
| Runde | 2.00 | 9:14 | 4:36 | 14 | 2:13 | 76 | 3:15 | 2.00 | 9:14 | 4:36 | 22 | 220 | 3:14 | |
| Leichtathletikhalle | 2.00 | 8:42 | 4:20 | 9 | 1:20 | 52 | 2:48 | 4.00 | 17:56 | 4:29 | 12 | 3:33 | 60 | 6:02 |