



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

evaluación detallada

Eras, Jens-Uwe

Asociación: Erfurt

Dorsal: 100

recorrido: 4.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelfranken

categoría:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

tiempo total: 24:21

velocidad: 9.86 km/h

rendimiento en carrera: 6:05 min/km

posición en el recorrido/Total: 303 (de 389)

posición en el recorrido/Men: 223 (de 249)

mejor tiempo del recorrido: 11:54

posición en la categoría: 58(de 63)

mejor tiempo en la categoría: 14:23

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	12:18	6:09	57	5:17	219	2.00	12:18	6:09	23	2:32	223	6:18
Leichtathletikhalle	2.00	12:03	6:01	54	4:41	221	4.00	24:21	6:05	58	9:58	223	12:27