



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

evaluación detallada

Cramer, Matthias

Asociación: Erfurt

Dorsal: 136

recorrido: 4.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelfranken

categoría:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

tiempo total: 20:24

velocidad: 11.76 km/h

rendimiento en carrera: 5:06 min/km

posición en el recorrido/Total: 162 (de 389)

posición en el recorrido/Men: 129 (de 249)

mejor tiempo del recorrido: 11:54

posición en la categoría: 30(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	Total km	Total tiempo	Total min/km	posición categoría	retraso Men	posición Men		
Runde	2.00	10:36	5:17	37	3:35	144	4:37	2.00	10:36	5:17	28	0:50	138	4:36
Leichtathletikhalle	2.00	9:48	4:54	25	2:26	103	3:54	4.00	20:24	5:05	30	6:01	129	8:30