



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

evaluación detallada

Berner, Roland

Asociación: LG Bad Frankenhausen/Göllingen

Dorsal: 352

recorrido: 4.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelhünigen

categoría:

Senioren M50 (50-59 Jahre)

tiempo total: 21:58

velocidad: 10.93 km/h

rendimiento en carrera: 5:29 min/km

posición en el recorrido/Total: 226 (de 389)

posición en el recorrido/Men: 174 (de 249)

mejor tiempo del recorrido: 11:54

posición en la categoría: 18(de 26)

mejor tiempo en la categoría: 14:56

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	11:05	5:32	17	3:42	169	2.00	11:05	5:32	3	0:03	204	5:05
Leichtathletikhalle	2.00	10:53	5:26	17	3:20	167	4.00	21:58	5:29	18	7:02	174	10:04