



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

evaluación detallada

Pohl, Karsten

Asociación: Kirchheim

Dorsal: 383

recorrido: 4.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelfranken

categoría:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

tiempo total: 23:36

velocidad: 10.17 km/h

rendimiento en carrera: 5:54 min/km

posición en el recorrido/Total: 274 (de 389)

posición en el recorrido/Men: 209 (de 249)

mejor tiempo del recorrido: 11:54

posición en la categoría: 55(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	retraso	Men				posición	retraso	Men	
Runde	2.00	11:21	5:40	47	4:20	183	2.00	11:21	5:40	26	1:35	154	5:21
Leichtathletikhalle	2.00	12:15	6:07	56	4:53	225	4.00	23:36	5:54	55	9:13	209	11:42