



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

evaluación detallada

Siebert, Martin

Asociación: LG Running Spatz

Dorsal: 1478

recorrido: 10.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

categoría:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

tiempo total: 43:22

velocidad: 13.84 km/h

rendimiento en carrera: 4:20 min/km

posición en el recorrido/Total: 108 (de 618)

posición en el recorrido/Men: 100 (de 500)

mejor tiempo del recorrido: 31:03

posición en la categoría: 37(de 171)

mejor tiempo en la categoría: 34:32

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	retraso			Total km	Total tiempo	Total min/km	retraso			Total Men	Total Men
				posición	categoría	Men				posición	categoría	Men		
Runde	2.00	8:30	4:15	33	1:52	100	2:27	2.00	8:30	4:15	1	-	1	-
Runde	2.00	8:38	4:18	39	1:47	110	2:32	4.00	17:08	4:16	4	2:50	10	4:50
Runde	2.00	8:44	4:21	33	1:36	96	2:30	6.00	25:52	4:18	4	4:12	8	7:20
Runde	2.00	8:52	4:26	35	1:52	101	2:36	8.00	34:44	4:20	4	5:45	10	9:56
Leichtathletikhalle	2.00	8:38	4:18	40	1:43	110	2:27	10.00	43:22	4:20	37	8:50	101	16:54