



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

evaluación detallada

Jaeger, Frank

Asociación: SV Sömmerda e.V.

Dorsal: 1302

recorrido: 10.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

categoría:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

tiempo total: 38:38

velocidad: 15.53 km/h

rendimiento en carrera: 3:52 min/km

posición en el recorrido/Total: 30 (de 618)

posición en el recorrido/Men: 28 (de 500)

mejor tiempo del recorrido: 31:03

posición en la categoría: 5(de 171)

mejor tiempo en la categoría: 34:32

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa min/km	posición retraso			Total							
				categoría	Men	Men	km	tiempo	min/km	categoría	Men	Men		
Runde	2.00	7:15	3:37	5	0:37	27	1:12	2.00	7:15	3:37	142		412	
Runde	2.00	7:45	3:52	6	0:54	33	1:39	4.00	15:00	3:45	39	0:42	99	2:42
Runde	2.00	7:50	3:54	5	0:42	30	1:36	6.00	22:50	3:48	37	1:10	104	4:18
Runde	2.00	8:00	4:00	5	1:00	28	1:44	8.00	30:50	3:51	37	1:51	59	6:02
Leichtathletikhalle	2.00	7:48	3:53	8	0:53	32	1:37	10.00	38:38	3:51	5	4:06	29	12:10