39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

evaluación detallada

Ostermann, Frank

Asociación: SWE-Laufteam
Dorsal: 1186

recorrido: 10.00 km
Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

categoría:
Senioren M50 (50-59 Jahre)

tiempo total: 41:13

velocidad: 14.56 km/h
rendimiento en carrera: 4:07 min/km

posición en el recorrido/Total: 63 (de 618)
posición en el recorrido/Men: 58 (de 500)
mejor tiempo del recorrido: 31:03

posición en la categoría: 5(de 89)
mejor tiempo en la categoría: 36:19

tiempos parciales

control	stage score							Total score						
	etapa km	etapa tiempo	etapa min/km	posició categor	retraso categoría	posició Men	retraso Men	Total km	Total tiempo	Total min/km	posició categor	retraso categoría	posició Men	retraso Men
Runde	2.00	8:29	4:14	10	1:29	97	2:26	2.00	8:29	4:14	41	0:05	5	
Runde	2.00	8:06	4:02	2	0:48	51	2:00	4.00	16:35	4:08	53		124	4:17
Runde	2.00	8:14	4:06	4	0:53	49	2:00	6.00	24:49	4:08	53		121	6:17
Runde	2.00	8:17	4:08	4	0:56	46	2:01	8.00	33:06	4:08	53		121	8:18
Leichtathletikhal	2.00	8:07	4:03	4	0:48	49	1:56	10.00	41:13	4:07	5	4:54	59	14:45