



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

evaluación detallada

Recknagel, Michael

Asociación: Suhl

Dorsal: 1232

recorrido: 10.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

categoría:

Senioren M50 (50-59 Jahre)

tiempo total: 47:03

velocidad: 12.75 km/h

rendimiento en carrera: 4:42 min/km

posición en el recorrido/Total: 217 (de 618)

posición en el recorrido/Men: 203 (de 500)

mejor tiempo del recorrido: 31:03

posición en la categoría: 22(de 89)

mejor tiempo en la categoría: 36:19

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa min/km	retraso			retraso			Total km	Total tiempo	Total min/km	retraso			retraso Men	retraso Men
				posición	posición	posición	posición	posición	posición				posición				
Runde	2.00	9:37	4:48	34	2:37	239	3:34					40	1:13	73	1:07		
Runde	2.00	9:17	4:38	20	1:59	199	3:11	4.00	18:54	4:43	51			91	6:36		
Runde	2.00	9:29	4:44	23	2:08	215	3:15	6.00	28:23	4:43	51			129	9:51		
Runde	2.00	9:26	4:43	17	2:05	188	3:10	8.00	37:49	4:43	51			129	13:01		
Leichtathletikhalle	2.00	9:14	4:36	19	1:55	199	3:03	10.00	47:03	4:42	22	10:44	204	20:35			