



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

evaluación detallada

Horn, Uwe

Asociación: Weimar

Dorsal: 1343

recorrido: 10.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

categoría:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

tiempo total: 46:05

velocidad: 13.02 km/h

rendimiento en carrera: 4:37 min/km

posición en el recorrido/Total: 183 (de 618)

posición en el recorrido/Men: 171 (de 500)

mejor tiempo del recorrido: 31:03

posición en la categoría: 65(de 171)

mejor tiempo en la categoría: 34:32

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	retraso			retraso			Total km	Total tiempo	retraso			Total min/km	Total posición	retraso		
				retraso	posición	retraso	retraso	posición	retraso			posición	retraso	posición			retraso		
				Men	Men	Men	Men	Men	Men	Men	Men	Men	Men	Men	Men	Men	Men	Men	
Runde	2.00	9:53	4:56	94	3:15	268	3:50	2.00	9:53	4:56	21	1:23	48	1:23					
Runde	2.00	9:23	4:41	79	2:32	213	3:17	4.00	19:16	4:48	49	4:58	145	6:58					
Runde	2.00	9:13	4:36	66	2:05	176	2:59	6.00	28:29	4:44	47	6:49	142	9:57					
Runde	2.00	9:03	4:31	50	2:03	129	2:47	8.00	37:32	4:41	47	8:33	132	12:44					
Leichtathletikhalle	2.00	8:33	4:16	33	1:38	97	2:22	10.00	46:05	4:36	65	11:33	172	19:37					