



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

evaluación detallada

Niederhausen, Stephan

Asociación: TriTeam Fuldata

Dorsal: 1214

recorrido: 10.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

categoría:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

tiempo total: 39:17

velocidad: 15.27 km/h

rendimiento en carrera: 3:56 min/km

posición en el recorrido/Total: 37 (de 618)

posición en el recorrido/Men: 34 (de 500)

mejor tiempo del recorrido: 31:03

posición en la categoría: 7(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			posición retraso			posición retraso		
				cat	cat	Men	cat	cat	Men	cat	cat	Men
Runde	2.00	7:37	3:48	11	0:59	40	1:34	2.00	7:37	3:48	41	7
Runde	2.00	7:59	3:59	12	1:08	42	1:53	4.00	15:36	3:53	31	1:18 86 3:18
Runde	2.00	8:01	4:00	8	0:53	36	1:47	6.00	23:37	3:56	30	1:57 84 5:05
Runde	2.00	8:00	4:00	5	1:00	28	1:44	8.00	31:37	3:57	59	2:38 172 6:49
Leichtathletikhalle	2.00	7:40	3:50	5	0:45	25	1:29	10.00	39:17	3:55	7	4:45 35 12:49