



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

evaluación detallada

Stephan, Cliften

Asociación: Erfurt

Dorsal: 1257

recorrido: 10.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

categoría:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

tiempo total: 54:45

velocidad: 10.96 km/h

rendimiento en carrera: 5:29 min/km

posición en el recorrido/Total: 473 (de 618)

posición en el recorrido/Men: 413 (de 500)

mejor tiempo del recorrido: 31:03

posición en la categoría: 147(de 171)

mejor tiempo en la categoría: 34:32

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	retraso				Total km	Total tiempo	Total min/km	retraso			
				posición categoría	Men	Men	Men				posición categoría	Men	Men	Men
Runde	2.00	10:17	5:08	111	3:39	307	4:14	2.00	10:17	5:08	52	1:47	126	1:47
Runde	2.00	10:40	5:19	147	3:49	405	4:34	4.00	20:57	5:14	76	6:39	201	8:39
Runde	2.00	11:12	5:35	151	4:04	430	4:58	6.00	32:09	5:21	74	10:29	198	13:37
Runde	2.00	11:24	5:42	152	4:24	427	5:08	8.00	43:33	5:26	74	14:34	198	18:45
Leichtathletikhalle	2.00	11:12	5:35	150	4:17	422	5:01	10.00	54:45	5:28	147	20:13	414	28:17