



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

evaluación detallada

Rudolph, Frank

tiempo total: 50:10

Dorsal: 1561

velocidad: 11.96 km/h

rendimiento en carrera: 5:01 min/km

recorrido: 10.00 km

posición en el recorrido/Total: 319 (de 618)

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

posición en el recorrido/Men: 289 (de 500)

mejor tiempo del recorrido: 31:03

categoría:

posición en la categoría: 46(de 89)

Senioren M50 (50-59 Jahre)

mejor tiempo en la categoría: 36:19

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa min/km	stage score			Total score							
				posición categoría	retraso Men	retraso Men	Total km	Total tiempo	Total min/km	posición categoría	retraso Men	retraso Men		
Runde	2.00	9:08	4:33	21	2:08	174	3:05	2.00	9:08	4:33	83	0:44	475	0:38
Runde	2.00	9:42	4:50	38	2:24	259	3:36	4.00	18:50	4:42	77		232	6:32
Runde	2.00	10:11	5:05	51	2:50	310	3:57	6.00	29:01	4:50	77		229	10:29
Runde	2.00	10:28	5:14	56	3:07	335	4:12	8.00	39:29	4:56	77		229	14:41
Leichtathletikhalle	2.00	10:41	5:20	67	3:22	380	4:30	10.00	50:10	5:00	46	13:51	290	23:42