



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

evaluación detallada

Wolter, Steffen

Asociación: Rennsteigspirit

Dorsal: 1389

recorrido: 10.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

categoría:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

tiempo total: 54:04

velocidad: 11.10 km/h

rendimiento en carrera: 5:25 min/km

posición en el recorrido/Total: 451 (de 618)

posición en el recorrido/Men: 396 (de 500)

mejor tiempo del recorrido: 31:03

posición en la categoría: 141 (de 171)

mejor tiempo en la categoría: 34:32

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa	etapa	etapa	posició	retraso	posició	retraso	Total	Total	Total	posició	retraso	posició	retraso
	km	tiempo	min/km	categoría	categoría	Men	Men				categoría	categoría	Men	Men
Runde	2.00	10:47	5:23	139	4:09	377	4:44	2.00	10:47	5:23	62	2:17	155	2:17
Runde	2.00	10:00	5:00	118	3:09	320	3:54	4.00	20:47	5:11	86	6:29	234	8:29
Runde	2.00	10:25	5:12	126	3:17	349	4:11	6.00	31:12	5:12	84	9:32	231	12:40
Runde	2.00	11:29	5:44	154	4:29	437	5:13	8.00	42:41	5:20	84	13:42	231	17:53
Leichtathletikhalle	2.00	11:23	5:41	154	4:28	437	5:12	10.00	54:04	5:24	141	19:32	397	27:36