



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

evaluación detallada

Müller, Jan

Asociación: TSV Zella- Mehlis

Dorsal: 1537

recorrido: 10.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

categoría:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

tiempo total: 49:10

velocidad: 12.20 km/h

rendimiento en carrera: 4:55 min/km

posición en el recorrido/Total: 283 (de 618)

posición en el recorrido/Men: 262 (de 500)

mejor tiempo del recorrido: 31:03

posición en la categoría: 59(de 107)

mejor tiempo en la categoría: 34:41

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	retraso			Total km	Total tiempo	Total min/km	retraso			Total Men	Total Men
				retraso	posición	retraso				retraso	posición	retraso		
Runde	2.00	10:25	5:12	64	3:40	320	4:22	2.00	10:25	5:12	32	1:57	159	1:55
Runde	2.00	9:28	4:44	54	2:33	228	3:22	4.00	19:53	4:58	49	2:44	238	7:35
Runde	2.00	9:49	4:54	60	2:44	251	3:35	6.00	29:42	4:57	49	3:50	118	11:10
Runde	2.00	10:02	5:00	63	2:55	273	3:46	8.00	39:44	4:58	49	5:05	235	14:56
Leichtathletikhalle	2.00	9:26	4:43	54	2:38	226	3:15	10.00	49:10	4:54	59	14:29	263	22:42