



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

evaluación detallada

Paulik, Thomas

Asociación: Computer Stare

Dorsal: 1735

recorrido: 10.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

categoría:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

tiempo total: 47:54

velocidad: 12.53 km/h

rendimiento en carrera: 4:47 min/km

posición en el recorrido/Total: 243 (de 618)

posición en el recorrido/Men: 226 (de 500)

mejor tiempo del recorrido: 31:03

posición en la categoría: 84(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				posición categoría	Men	Men
Runde	2.00	8:24	4:12	30	1:46	91	2:21	2.00	8:24	4:12	28	79
Runde	2.00	9:17	4:38	77	2:26	199	3:11	4.00	17:41	4:25	94	3:23 171 5:23
Runde	2.00	9:53	4:56	91	2:45	262	3:39	6.00	27:34	4:35	60	5:54 173 9:02
Runde	2.00	10:14	5:06	108	3:14	302	3:58	8.00	37:48	4:43	92	8:49 256 13:00
Leichtathletikh	2.00	10:06	5:02	109	3:11	313	3:55	10.00	47:54	4:47	84	13:22 227 21:26