



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

evaluación detallada

Räthel, Jens

Asociación: TSSC Erfurt

Dorsal: 1457

recorrido: 10.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

categoría:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

tiempo total: 51:18

velocidad: 11.70 km/h

rendimiento en carrera: 5:08 min/km

posición en el recorrido/Total: 355 (de 618)

posición en el recorrido/Men: 319 (de 500)

mejor tiempo del recorrido: 31:03

posición en la categoría: 114(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			Total Men	Total Men
				retraso	posición	retraso				retraso	posición	retraso		
Runde	2.00	10:35	5:17	128	3:57	347	2.00	10:35	5:17	71	2:05	106	2:05	
Runde	2.00	9:58	4:59	113	3:07	310	4.00	20:33	5:08	95	6:15	266	8:15	
Runde	2.00	10:08	5:03	108	3:00	298	6.00	30:41	5:06	69	9:01	190	12:09	
Runde	2.00	10:12	5:05	105	3:12	296	8.00	40:53	5:06	93	11:54	263	16:05	
Leichtathletikhalle	2.00	10:25	5:12	123	3:30	353	10.00	51:18	5:07	114	16:46	320	24:50	