



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

evaluación detallada

Goetz, Helmut

Asociación: sc -impuls

Dorsal: 1039

recorrido: 10.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

categoría:

Senioren M70 (70 und älter Jahre)

tiempo total: 56:38

velocidad: 10.59 km/h

rendimiento en carrera: 5:40 min/km

posición en el recorrido/Total: 507 (de 618)

posición en el recorrido/Men: 435 (de 500)

mejor tiempo del recorrido: 31:03

posición en la categoría: 4(de 9)

mejor tiempo en la categoría: 46:56

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	11:24	5:42	5	2:31	435	5:21	2.00	11:24	5:42	4		214	2:54
Runde	2.00	11:04	5:31	4	1:47	433	4:58	4.00	22:28	5:36	5		306	10:10
Runde	2.00	11:09	5:34	4	1:44	422	4:55	6.00	33:37	5:36	4	6:02	303	15:05
Runde	2.00	11:18	5:39	4	1:39	423	5:02	8.00	44:55	5:36	4	7:41	303	20:07
Leichtathletikhalle	2.00	11:43	5:51	4	2:01	455	5:32	10.00	56:38	5:39	4	9:42	436	30:10