



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

evaluación detallada

Jäger, Gerd

Asociación: Döllbergverein Suhl
Dorsal: 1684

recorrido: 10.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

categoría:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

tiempo total: 53:42

velocidad: 11.17 km/h

rendimiento en carrera: 5:22 min/km

posición en el recorrido/Total: 441 (de 618)

posición en el recorrido/Men: 389 (de 500)

mejor tiempo del recorrido: 31:03

posición en la categoría: 138(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 | retraso | posición | retraso | | | | posición | retraso | posición | retraso |
| | | | | Men | Men | Men | Men | | | | Men | Men | Men | Men |
| Runde | 2.00 | 10:49 | 5:24 | 142 | 4:11 | 381 | 4:46 | 2.00 | 10:49 | 5:24 | 83 | 2:19 | 233 | 2:19 |
| Runde | 2.00 | 9:54 | 4:57 | 106 | 3:03 | 295 | 3:48 | 4.00 | 20:43 | 5:10 | 110 | 6:25 | 326 | 8:25 |
| Runde | 2.00 | 10:56 | 5:28 | 143 | 3:48 | 404 | 4:42 | 6.00 | 31:39 | 5:16 | 108 | 9:59 | 255 | 13:07 |
| Runde | 2.00 | 11:23 | 5:41 | 151 | 4:23 | 425 | 5:07 | 8.00 | 43:02 | 5:22 | 108 | 14:03 | 323 | 18:14 |
| Leichtathletikhalle | 2.00 | 10:40 | 5:19 | 131 | 3:45 | 377 | 4:29 | 10.00 | 53:42 | 5:22 | 138 | 19:10 | 390 | 27:14 |