



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

evaluación detallada

Seehof, Axel

Asociación: Grosswelsbach

Dorsal: 1484

recorrido: 10.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

categoría:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

tiempo total: 51:03

velocidad: 11.75 km/h

rendimiento en carrera: 5:07 min/km

posición en el recorrido/Total: 344 (de 618)

posición en el recorrido/Men: 311 (de 500)

mejor tiempo del recorrido: 31:03

posición en la categoría: 109(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				posición	categoría	Men		
Runde	2.00	9:29	4:44	75	2:51	211	3:26	2.00	9:29	4:44	55	0:59	138	0:59
Runde	2.00	10:18	5:09	135	3:27	369	4:12	4.00	19:47	4:56	115	5:29	335	7:29
Runde	2.00	10:39	5:19	133	3:31	374	4:25	6.00	30:26	5:04	113	8:46	200	11:54
Runde	2.00	10:24	5:12	118	3:24	327	4:08	8.00	40:50	5:06	85	11:51	239	16:02
Leichtathletikh	2.00	10:13	5:06	116	3:18	329	4:02	10.00	51:03	5:06	109	16:31	312	24:35