



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

evaluación detallada

Steinmetz, Matthias

Asociación: RV Elxleben

Dorsal: 1206

recorrido: 10.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

categoría:

Männer (20-29 Jahre)

tiempo total: 48:38

velocidad: 12.34 km/h

rendimiento en carrera: 4:52 min/km

posición en el recorrido/Total: 267 (de 618)

posición en el recorrido/Men: 247 (de 500)

mejor tiempo del recorrido: 31:03

posición en la categoría: 54(de 82)

mejor tiempo en la categoría: 31:03

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	10:41	5:20	65	4:38	360	4:38	2.00	10:41	5:20	11	0:53	157	2:11
Runde	2.00	9:48	4:54	56	3:34	276	3:42	4.00	20:29	5:07	12	1:56	230	8:11
Runde	2.00	9:41	4:50	51	3:27	235	3:27	6.00	30:10	5:01	12	1:20	324	11:38
Runde	2.00	9:45	4:52	54	3:29	239	3:29	8.00	39:55	4:59	12	1:11	339	15:07
Leichtathletikhalle	2.00	8:43	4:21	31	2:32	120	2:32	10.00	48:38	4:51	55	22:10	248	22:10