



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

evaluación detallada

Prescher, Frank

Asociación: USV Erfurt

Dorsal: 1386

recorrido: 10.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

categoría:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

tiempo total: 53:50

velocidad: 11.15 km/h

rendimiento en carrera: 5:23 min/km

posición en el recorrido/Total: 445 (de 618)

posición en el recorrido/Men: 391 (de 500)

mejor tiempo del recorrido: 31:03

posición en la categoría: 82(de 107)

mejor tiempo en la categoría: 34:41

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	Men	Men				posición categoría	Men	Men	Men
Runde	2.00	10:36	5:17	71	3:51	349	4:33	2.00	10:36	5:17	55	2:08	122	2:06
Runde	2.00	10:28	5:14	80	3:33	385	4:22	4.00	21:04	5:15	75	3:55	368	8:46
Runde	2.00	10:53	5:26	85	3:48	397	4:39	6.00	31:57	5:19	75	6:05	187	13:25
Runde	2.00	11:03	5:31	84	3:56	401	4:47	8.00	43:00	5:22	75	8:21	365	18:12
Leichtathletikhalle	2.00	10:50	5:25	84	4:02	394	4:39	10.00	53:50	5:23	82	19:09	392	27:22