



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

evaluación detallada

Lorenz, Torsten

Asociación: Aikido

Dorsal: 1411

recorrido: 10.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

categoría:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

tiempo total: 49:52

velocidad: 12.03 km/h

rendimiento en carrera: 4:59 min/km

posición en el recorrido/Total: 308 (de 618)

posición en el recorrido/Men: 280 (de 500)

mejor tiempo del recorrido: 31:03

posición en la categoría: 98(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	10:41	5:20	135	4:03	360	4:38	2.00	10:41	5:20	85	2:11	157	2:11
Runde	2.00	9:42	4:50	92	2:51	259	3:36	4.00	20:23	5:05	105	6:05	301	8:05
Runde	2.00	9:51	4:55	90	2:43	258	3:37	6.00	30:14	5:02	129	8:34	369	11:42
Runde	2.00	9:58	4:59	90	2:58	263	3:42	8.00	40:12	5:01	66	11:13	185	15:24
Leichtathletikh	2.00	9:40	4:49	86	2:45	256	3:29	10.00	49:52	4:59	98	15:20	281	23:24