



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

evaluación detallada

Jahn, Mirko

Asociación: Lauffüchse Erfurt

Dorsal: 28

recorrido: 4.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelhünge

categoría:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

tiempo total: 19:00

velocidad: 12.63 km/h

rendimiento en carrera: 4:45 min/km

posición en el recorrido/Total: 96 (de 389)

posición en el recorrido/Men: 77 (de 249)

mejor tiempo del recorrido: 11:54

posición en la categoría: 15(de 63)

mejor tiempo en la categoría: 14:23

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 | | | | posición categoría | Men | Men | |
| Runde | 2.00 | 9:23 | 4:41 | 15 | 2:22 | 80 | 2.00 | 9:23 | 4:41 | 44 | 66 | 3:23 | |
| Leichtathletikh | 2.00 | 9:37 | 4:48 | 22 | 2:15 | 90 | 4.00 | 19:00 | 4:45 | 15 | 4:37 | 77 | 7:06 |