



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

evaluación detallada

Wiedenhöft, Lutz

Asociación: SG Großmölsen

Dorsal: 1395

recorrido: 10.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

categoría:

Senioren M50 (50-59 Jahre)

tiempo total: 56:37

velocidad: 10.60 km/h

rendimiento en carrera: 5:40 min/km

posición en el recorrido/Total: 506 (de 618)

posición en el recorrido/Men: 434 (de 500)

mejor tiempo del recorrido: 31:03

posición en la categoría: 82(de 89)

mejor tiempo en la categoría: 36:19

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	retraso				Total km	Total tiempo	Total min/km	retraso			
				posición	posición	posición	posición				posición	posición	posición	posición
				Men	Men	Men	Men				Men	Men	Men	Men
Runde	2.00	12:03	6:01	88	5:03	476	6:00	2.00	12:03	6:01	20	3:39	284	3:33
Runde	2.00	10:57	5:28	77	3:39	426	4:51	4.00	23:00	5:45	3	2:19	379	10:42
Runde	2.00	11:10	5:34	79	3:49	425	4:56	6.00	34:10	5:41	3	3:12	376	15:38
Runde	2.00	11:21	5:40	80	4:00	424	5:05	8.00	45:31	5:41	3	4:10	376	20:43
Leichtathletikhalle	2.00	11:06	5:32	79	3:47	417	4:55	10.00	56:37	5:39	82	20:18	435	30:09