



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

evaluación detallada

Kellner, Roland

Asociación: SPVGG Faulungen

Dorsal: 1563

recorrido: 10.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

categoría:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

tiempo total: 51:52

velocidad: 11.57 km/h

rendimiento en carrera: 5:11 min/km

posición en el recorrido/Total: 388 (de 618)

posición en el recorrido/Men: 346 (de 500)

mejor tiempo del recorrido: 31:03

posición en la categoría: 122(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	
				categoría	Men	Men				categoría	Men	Men			
Runde	2.00	10:51	5:25	145	4:13	386	4:48	2.00	10:51	5:25	115	2:21	318	2:21	
Runde	2.00	10:34	5:16	143	3:43	392	4:28	4.00	21:25	5:21	145	7:07	341	9:07	
Runde	2.00	10:29	5:14	129	3:21	358	4:15	6.00	31:54	5:18	143	10:14	413	13:22	
Runde	2.00	10:13	5:06	106	3:13	300	3:57	8.00	42:07	5:15	143	13:08	413	17:19	
Leichtathletikhalle	2.00	9:45	4:52	90	2:50	269	3:34	10.00	51:52	5:11	122	17:20	347	25:24	