



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

evaluación detallada

Frießleben, Sven

Asociación: SV Thuringia Königsee

Dorsal: 1517

recorrido: 10.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

categoría:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

tiempo total: 49:40

velocidad: 12.08 km/h

rendimiento en carrera: 4:58 min/km

posición en el recorrido/Total: 300 (de 618)

posición en el recorrido/Men: 273 (de 500)

mejor tiempo del recorrido: 31:03

posición en la categoría: 61(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				posición categoría	Men	Men		
Runde	2.00	9:33	4:46	50	2:48	223	3:30	2.00	9:33	4:46	77	1:05	41	1:03
Runde	2.00	9:27	4:43	53	2:32	227	3:21	4.00	19:00	4:45	102	1:51	469	6:42
Runde	2.00	9:49	4:54	60	2:44	251	3:35	6.00	28:49	4:48	102	2:57	314	10:17
Runde	2.00	10:17	5:08	68	3:10	312	4:01	8.00	39:06	4:53	102	4:27	466	14:18
Leichtathletikhalle	2.00	10:34	5:16	79	3:46	368	4:23	10.00	49:40	4:58	61	14:59	274	23:12