



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

evaluación detallada

Saitz, Stefan

Asociación: LKV Erfurt

Dorsal: 1864

recorrido: 10.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

categoría:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

tiempo total: 51:22

velocidad: 11.68 km/h

rendimiento en carrera: 5:08 min/km

posición en el recorrido/Total: 360 (de 618)

posición en el recorrido/Men: 324 (de 500)

mejor tiempo del recorrido: 31:03

posición en la categoría: 116(de 171)

mejor tiempo en la categoría: 34:32

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	retraso			retraso			Total km	Total tiempo	Total min/km	retraso		
				posición	categoría	Men	posición	categoría	Men				posición	categoría	Men
Runde	2.00	11:23	5:41	154	4:45	432	5:20								
Runde	2.00	9:59	4:59	115	3:08	315	3:53	4.00	21:22	5:20	82	7:04	221	9:04	
Runde	2.00	10:10	5:04	113	3:02	307	3:56	6.00	31:32	5:15	160	9:52	232	13:00	
Runde	2.00	10:04	5:01	97	3:04	277	3:48	8.00	41:36	5:12	160	12:37	209	16:48	
Leichtathletikhalle	2.00	9:46	4:53	92	2:51	273	3:35	10.00	51:22	5:08	116	16:50	325	24:54	