



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

evaluación detallada

Deutscher, Frank

Asociación: Erfurt

Dorsal: 201

recorrido: 4.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelfranken

categoría:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

tiempo total: 20:39

velocidad: 11.62 km/h

rendimiento en carrera: 5:10 min/km

posición en el recorrido/Total: 171 (de 389)

posición en el recorrido/Men: 137 (de 249)

mejor tiempo del recorrido: 11:54

posición en la categoría: 33(de 63)

mejor tiempo en la categoría: 14:23

tiempos parciales

stage score

Total score

| control | etapa km | etapa tiempo | etapa min/km | stage score | | | Total score | | | | | | | |
|---------------------|-------------|-----------------|-----------------|-----------------------|----------------|-----------------|-------------|-----------------|-----------------|-----------------------|----------------|-----------------|-----|------|
| | | | | posición categoría | retraso Men | posición Men | Total km | Total tiempo | Total min/km | posición categoría | retraso Men | posición Men | | |
| Runde | 2.00 | 9:59 | 4:59 | 23 | 2:58 | 112 | 4:00 | 2.00 | 9:59 | 4:59 | 3 | 0:13 | 76 | 3:59 |
| Leichtathletikhalle | 2.00 | 10:40 | 5:19 | 38 | 3:18 | 156 | 4:46 | 4.00 | 20:39 | 5:09 | 33 | 6:16 | 137 | 8:45 |