



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 Mittelhünge

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