



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

evaluación detallada

Stephan, Michael

Asociación: FSV 1986 Bad Langensalza

Dorsal: 394

recorrido: 4.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelhünfe

categoría:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

tiempo total: 21:28

velocidad: 11.18 km/h

rendimiento en carrera: 5:22 min/km

posición en el recorrido/Total: 205 (de 389)

posición en el recorrido/Men: 157 (de 249)

mejor tiempo del recorrido: 11:54

posición en la categoría: 40(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	retraso Men	Total km	Total tiempo	Total min/km	posición categoría	retraso Men	retraso Men		
Runde	2.00	10:50	5:25	40	3:49	156	4:51	2.00	10:50	5:25	61	1:04	117	4:50
Leichtathletikhalle	2.00	10:38	5:18	37	3:16	152	4:44	4.00	21:28	5:21	40	7:05	157	9:34