



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

evaluación detallada

Heilemann, Klaus-Jürgen

Asociación: SSV Erfurt Nord

Dorsal: 303

recorrido: 4.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelfranken

categoría:

Senioren M50 (50-59 Jahre)

tiempo total: 24:37

velocidad: 9.75 km/h

rendimiento en carrera: 6:09 min/km

posición en el recorrido/Total: 316 (de 389)

posición en el recorrido/Men: 230 (de 249)

mejor tiempo del recorrido: 11:54

posición en la categoría: 24(de 26)

mejor tiempo en la categoría: 14:56

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 | 12:12 | 6:05 | 22 | 4:49 | 214 | 6:13 | 2.00 | 12:12 | 6:05 | 16 | 1:10 | 132 | 6:12 |
| Leichtathletikhalle | 2.00 | 12:25 | 6:12 | 24 | 4:52 | 229 | 6:31 | 4.00 | 24:37 | 6:09 | 24 | 9:41 | 230 | 12:43 |