



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

evaluación detallada

Hermann, Jens

Asociación: 1. FC Zeitz

Dorsal: 308

recorrido: 4.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelfranken

categoría:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

tiempo total: 19:53

velocidad: 12.07 km/h

rendimiento en carrera: 4:58 min/km

posición en el recorrido/Total: 139 (de 389)

posición en el recorrido/Men: 109 (de 249)

mejor tiempo del recorrido: 11:54

posición en la categoría: 25(de 63)

mejor tiempo en la categoría: 14:23

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa min/km	etapa		stage score		Total score						
				posición categoría	retraso Men	posición Men	retraso Men	Total km	Total tiempo	Total min/km	posición categoría	retraso Men	posición Men	retraso Men
Runde	2.00	19:53	9:56	63	12:52	249	13:54	2.00	19:53	9:56	5	10:07	141	13:53
Leichtathletikhalle	2.00	-	-	63		248		4.00	19:53	4:58	25	5:30	109	7:59