



# 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 Mittelhünigen

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<br>km | etapa<br>tiempo | etapa<br>min/km | posición  |       | retraso   |       | Total<br>km | Total<br>tiempo | Total<br>min/km | posición  |       | retraso   |       |
|---------------------|-------------|-----------------|-----------------|-----------|-------|-----------|-------|-------------|-----------------|-----------------|-----------|-------|-----------|-------|
|                     |             |                 |                 | categoría | Men   | categoría | Men   |             |                 |                 | categoría | Men   | categoría | 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  |