



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

evaluación detallada

Krauß, Jan

Asociación: Dachwig

Dorsal: 230

recorrido: 4.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelhünfelden

categoría:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

tiempo total: 20:43

velocidad: 11.58 km/h

rendimiento en carrera: 5:11 min/km

posición en el recorrido/Total: 175 (de 389)

posición en el recorrido/Men: 140 (de 249)

mejor tiempo del recorrido: 11:54

posición en la categoría: 18(de 32)

mejor tiempo en la categoría: 13:15

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	11:09	5:34	19	4:34	177	2.00	11:09	5:34	16	0:33	126	5:09
Leichtathletikhalle	2.00	9:34	4:46	11	2:54	88	4.00	20:43	5:10	18	7:28	140	8:49