39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

evaluación detallada

Panse, Michael

Asociación: SWE Volley-Team
Dorsal: 290

recorrido: 4.00 km
Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelthüringen

categoría:
Senioren M40 (40-49 Jahre)

tiempo total: 22:22

velocidad: 10.73 km/h
rendimiento en carrera: 5:35 min/km

posición en el recorrido/Total: 235 (de 389)
posición en el recorrido/Men: 183 (de 249)
mejor tiempo del recorrido: 11:54

posición en la categoría: 46(de 63)
mejor tiempo en la categoría: 14:23

tiempos parciales

control	stage score							Total score						
	etapa km	etapa tiempo	etapa min/km	posició categor	retraso categoría	posició Men	retraso Men	Total km	Total tiempo	Total min/km	posició categor	retraso categoría	posició Men	retraso Men
Runde	2.00	10:56	5:28	41	3:55	164	4:57	2.00	10:56	5:28	6	1:10	159	4:56
Leichtathletikhal	2.00	11:26	5:43	53	4:04	202	5:32	4.00	22:22	5:35	46	7:59	183	10:28