



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

evaluación detallada

Adams, Dirk

Asociación: Erfurt

Dorsal: 213

recorrido: 4.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelfranken

categoría:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

tiempo total: 25:19

velocidad: 9.48 km/h

rendimiento en carrera: 6:20 min/km

posición en el recorrido/Total: 334 (de 389)

posición en el recorrido/Men: 237 (de 249)

mejor tiempo del recorrido: 11:54

posición en la categoría: 61(de 63)

mejor tiempo en la categoría: 14:23

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	retraso		retraso		Total km	Total tiempo	Total min/km	retraso		retraso	
				posición	retraso	posición	retraso				posición	retraso		
				Men	Men	Men	Men				Men	Men	Men	Men
Runde	2.00	12:30	6:15	59	5:29	224	6:31	2.00	12:30	6:15	14	2:44	179	6:30
Leichtathletikhalle	2.00	12:49	6:24	60	5:27	236	6:55	4.00	25:19	6:19	61	10:56	237	13:25