



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

evaluación detallada

Panse, Jens

Asociación: USV Erfurt

Dorsal: 1217

recorrido: 10.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

categoría:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

tiempo total: 43:37

velocidad: 13.76 km/h

rendimiento en carrera: 4:22 min/km

posición en el recorrido/Total: 115 (de 618)

posición en el recorrido/Men: 108 (de 500)

mejor tiempo del recorrido: 31:03

posición en la categoría: 43(de 171)

mejor tiempo en la categoría: 34:32

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	categoría	posición	categoría				posición	categoría	posición	categoría
Runde	2.00	8:30	4:15	33	1:52	100	2:27	2.00	8:30	4:15	1	-	1	-
Runde	2.00	8:41	4:20	42	1:50	119	2:35	4.00	17:11	4:17	3	2:53	9	4:53
Runde	2.00	8:56	4:28	47	1:48	127	2:42	6.00	26:07	4:21	3	4:27	9	7:35
Runde	2.00	8:59	4:29	44	1:59	118	2:43	8.00	35:06	4:23	3	6:07	9	10:18
Leichtathletikhalle	2.00	8:31	4:15	30	1:36	92	2:20	10.00	43:37	4:21	43	9:05	109	17:09