



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

evaluación detallada

Ruprecht, Dirk

Asociación: LTV Erfurt

Dorsal: 1112

recorrido: 10.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

categoría:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

tiempo total: 37:36

velocidad: 15.96 km/h

rendimiento en carrera: 3:46 min/km

posición en el recorrido/Total: 20 (de 618)

posición en el recorrido/Men: 19 (de 500)

mejor tiempo del recorrido: 31:03

posición en la categoría: 3(de 107)

mejor tiempo en la categoría: 34:41

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa min/km	posición retraso			posición retraso			posición retraso		
				cat	cat	Men	cat	cat	Men	cat	cat	Men
Runde	2.00	6:58	3:29	3	0:13	17	0:55	2.00	6:58	3:29	82	402
Runde	2.00	7:28	3:44	3	0:33	21	1:22	4.00	14:26	3:36	12	4 2:08
Runde	2.00	7:41	3:50	3	0:36	24	1:27	6.00	22:07	3:41	12	55 3:35
Runde	2.00	7:46	3:53	3	0:39	24	1:30	8.00	29:53	3:44	12	55 5:05
Leichtathletikh	2.00	7:43	3:51	5	0:55	27	1:32	10.00	37:36	3:45	3 2:55	20 11:08