



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

evaluación detallada

Krieger, Uwe

Asociación: Schwerborn

Dorsal: 1495

recorrido: 10.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

categoría:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

tiempo total: 38:43

velocidad: 15.50 km/h

rendimiento en carrera: 3:52 min/km

posición en el recorrido/Total: 31 (de 618)

posición en el recorrido/Men: 29 (de 500)

mejor tiempo del recorrido: 31:03

posición en la categoría: 7(de 107)

mejor tiempo en la categoría: 34:41

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	retraso				Total km	Total tiempo	Total min/km	retraso			
				posición	retraso	posición	retraso				posición	retraso	posición	retraso
				Men	Men	Men	Men				Men	Men	Men	Men
Runde	2.00	7:54	3:57	14	1:09	56	1:51	2.00	7:54	3:57	87		417	
Runde	2.00	7:35	3:47	4	0:40	26	1:29	4.00	15:29	3:52	13	59	3:11	
Runde	2.00	7:43	3:51	6	0:38	27	1:29	6.00	23:12	3:52	13	58	4:40	
Runde	2.00	7:56	3:58	6	0:49	27	1:40	8.00	31:08	3:53	13	58	6:20	
Leichtathletikhalle	2.00	7:35	3:47	4	0:47	24	1:24	10.00	38:43	3:52	7	4:02	30	12:15