



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

evaluación detallada

Fenderl, Ralph

Asociación: LTV Erfurt

Dorsal: 1338

recorrido: 10.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

categoría:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

tiempo total: 40:51

velocidad: 14.69 km/h

rendimiento en carrera: 4:05 min/km

posición en el recorrido/Total: 57 (de 618)

posición en el recorrido/Men: 52 (de 500)

mejor tiempo del recorrido: 31:03

posición en la categoría: 18(de 171)

mejor tiempo en la categoría: 34:32

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa min/km	posición			retraso			Total km	Total tiempo	Total min/km	posición			retraso		
				posición	retraso	Men	posición	retraso	Men				posición	retraso	Men			
Runde	2.00	7:38	3:49	12	1:00	42	1:35	2.00	7:38	3:49	14	36						
Runde	2.00	8:04	4:01	15	1:13	48	1:58	4.00	15:42	3:55	22	1:24	69	3:24				
Runde	2.00	8:22	4:11	19	1:14	63	2:08	6.00	24:04	4:00	21	2:24	67	5:32				
Runde	2.00	8:27	4:13	19	1:27	58	2:11	8.00	32:31	4:03	21	3:32	67	7:43				
Leichtathletikhalle	2.00	8:20	4:10	28	1:25	73	2:09	10.00	40:51	4:05	18	6:19	53	14:23				