



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

evaluación detallada

Eylenstein, Stephan

Asociación: Isseroda

Dorsal: 1058

recorrido: 10.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

categoría:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

tiempo total: 48:46

velocidad: 12.30 km/h

rendimiento en carrera: 4:53 min/km

posición en el recorrido/Total: 271 (de 618)

posición en el recorrido/Men: 250 (de 500)

mejor tiempo del recorrido: 31:03

posición en la categoría: 57(de 107)

mejor tiempo en la categoría: 34:41

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	retraso			retraso			Total km	Total tiempo	Total min/km	retraso		
				posición	retraso	Men	posición	retraso	Men				posición	retraso	Men
Runde	2.00	9:17	4:38	42	2:32	190	3:14		2.00	9:17	4:38	104	0:49	491	0:47
Runde	2.00	9:34	4:46	56	2:39	237	3:28		4.00	18:51	4:42	22	1:42	94	6:33
Runde	2.00	10:04	5:01	63	2:59	289	3:50		6.00	28:55	4:49	22	3:03	91	10:23
Runde	2.00	10:14	5:06	66	3:07	302	3:58		8.00	39:09	4:53	22	4:30	91	14:21
Leichtathletikhalle	2.00	9:37	4:48	61	2:49	249	3:26		10.00	48:46	4:52	57	14:05	251	22:18