



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

evaluación detallada

Kummer, Steffen

Asociación: Leinatal OT Schönau v.d. Walde
Dorsal: 1241

recorrido: 10.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

categoría:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

tiempo total: 43:42

velocidad: 13.73 km/h

rendimiento en carrera: 4:22 min/km

posición en el recorrido/Total: 117 (de 618)

posición en el recorrido/Men: 110 (de 500)

mejor tiempo del recorrido: 31:03

posición en la categoría: 44(de 171)

mejor tiempo en la categoría: 34:32

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	retraso			Total km	Total tiempo	Total min/km	retraso			
				posición categoría	Men	Men				posición categoría	Men	Men	
Runde	2.00	8:48	4:24	54	2:10	144	2.00	8:48	4:24	24	0:18	58	0:18
Runde	2.00	8:42	4:20	45	1:51	123	4.00	17:30	4:22	38	3:12	105	5:12
Runde	2.00	8:55	4:27	45	1:47	123	6.00	26:25	4:24	36	4:45	102	7:53
Runde	2.00	9:07	4:33	53	2:07	138	8.00	35:32	4:26	36	6:33	102	10:44
Leichtathletikhalle	2.00	8:10	4:04	17	1:15	54	10.00	43:42	4:22	44	9:10	111	17:14