



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

evaluación detallada

Meier, Rene

Asociación: 1. SV Dienstedt-Hettstedt

Dorsal: 1704

recorrido: 10.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

categoría:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

tiempo total: 47:02

velocidad: 12.76 km/h

rendimiento en carrera: 4:42 min/km

posición en el recorrido/Total: 216 (de 618)

posición en el recorrido/Men: 202 (de 500)

mejor tiempo del recorrido: 31:03

posición en la categoría: 74(de 171)

mejor tiempo en la categoría: 34:32

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	posición	Men	posición	posición	Men				posición	posición	Men
Runde	2.00	9:25	4:42	73	2:47	204	3:22		2.00	9:25	4:42	25	0:55	60	0:55
Runde	2.00	9:15	4:37	75	2:24	195	3:09		4.00	18:40	4:40	40	4:22	109	6:22
Runde	2.00	9:32	4:46	82	2:24	219	3:18		6.00	28:12	4:42	38	6:32	106	9:40
Runde	2.00	9:40	4:49	79	2:40	220	3:24		8.00	37:52	4:44	38	8:53	106	13:04
Leichtathletikhalle	2.00	9:10	4:34	72	2:15	190	2:59		10.00	47:02	4:42	74	12:30	203	20:34