



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

evaluación detallada

Diezel, Uwe

Asociación: SWE-Laufteam

Dorsal: 1187

recorrido: 10.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

categoría:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

tiempo total: 38:57

velocidad: 15.40 km/h

rendimiento en carrera: 3:54 min/km

posición en el recorrido/Total: 33 (de 618)

posición en el recorrido/Men: 31 (de 500)

mejor tiempo del recorrido: 31:03

posición en la categoría: 6(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		Total		Total		retraso			
				retraso	posición	retraso	posición	km	tiempo	min/km	posición	retraso	posición	retraso	posición		
			retraso	posición	retraso	posición	Men	Men	km	tiempo	min/km	posición	retraso	posición	retraso	Men	Men
Runde	2.00	7:20	3:39	6	0:42	28	1:17		2.00	7:20	3:39	143				413	
Runde	2.00	7:40	3:50	5	0:49	31	1:34		4.00	15:00	3:45	39	0:42	99	2:42		
Runde	2.00	7:55	3:57	6	0:47	31	1:41		6.00	22:55	3:49	41	1:15	120	4:23		
Runde	2.00	8:08	4:03	11	1:08	38	1:52		8.00	31:03	3:52	41	2:04	120	6:15		
Leichtathletikhalle	2.00	7:54	3:57	10	0:59	37	1:43		10.00	38:57	3:53	6	4:25	32	12:29		