



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

evaluación detallada

Plaschke, Peter

Asociación: LTV Erfurt

Dorsal: 1023

recorrido: 10.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

categoría:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

tiempo total: 39:40

velocidad: 15.13 km/h

rendimiento en carrera: 3:58 min/km

posición en el recorrido/Total: 40 (de 618)

posición en el recorrido/Men: 37 (de 500)

mejor tiempo del recorrido: 31:03

posición en la categoría: 10(de 107)

mejor tiempo en la categoría: 34:41

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	retraso			Total							
				retraso	posición	retraso	km	tiempo	min/km	posición	retraso			
			retraso	posición	retraso	Men	Men	Men	Men	Men	Men	Men	Men	
Runde	2.00	7:22	3:40	7	0:37	29	1:19	2.00	7:22	3:40	86	414		
Runde	2.00	7:58	3:59	10	1:03	40	1:52	4.00	15:20	3:50	28	127	3:02	
Runde	2.00	8:05	4:02	10	1:00	41	1:51	6.00	23:25	3:54	28	124	4:53	
Runde	2.00	8:10	4:04	10	1:03	40	1:54	8.00	31:35	3:56	28	124	6:47	
Leichtathletikhalle	2.00	8:05	4:02	12	1:17	48	1:54	10.00	39:40	3:57	10	4:59	38	13:12