



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

evaluación detallada

Fischer, Steffen

Asociación: SC Impuls Erfurt

Dorsal: 1199

recorrido: 10.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

categoría:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

tiempo total: 47:11

velocidad: 12.72 km/h

rendimiento en carrera: 4:43 min/km

posición en el recorrido/Total: 221 (de 618)

posición en el recorrido/Men: 207 (de 500)

mejor tiempo del recorrido: 31:03

posición en la categoría: 51(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 km	Total tiempo	Total min/km	retraso				
				posición categoría	Men	Men				posición categoría	Men	Men		
Runde	2.00	9:13	4:36	40	2:28	182	3:10	2.00	9:13	4:36	102	0:45	483	0:43
Runde	2.00	9:30	4:45	55	2:35	230	3:24	4.00	18:43	4:40	31	1:34	134	6:25
Runde	2.00	9:43	4:51	57	2:38	242	3:29	6.00	28:26	4:44	31	2:34	131	9:54
Runde	2.00	9:40	4:49	54	2:33	220	3:24	8.00	38:06	4:45	31	3:27	131	13:18
Leichtathletikhalle	2.00	9:05	4:32	40	2:17	170	2:54	10.00	47:11	4:43	51	12:30	208	20:43