



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

evaluación detallada

Grütze, Uwe

Asociación: Erfurt

Dorsal: 1202

recorrido: 10.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

categoría:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

tiempo total: 46:40

velocidad: 12.86 km/h

rendimiento en carrera: 4:40 min/km

posición en el recorrido/Total: 202 (de 618)

posición en el recorrido/Men: 187 (de 500)

mejor tiempo del recorrido: 31:03

posición en la categoría: 72(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	8:31	4:15	36	1:53	104	2:28	2.00	8:31	4:15	4	0:01	10	0:01
Runde	2.00	9:06	4:32	63	2:15	169	3:00	4.00	17:37	4:24	47	3:19	143	5:19
Runde	2.00	9:26	4:43	77	2:18	209	3:12	6.00	27:03	4:30	45	5:23	140	8:31
Runde	2.00	9:54	4:57	88	2:54	255	3:38	8.00	36:57	4:37	45	7:58	140	12:09
Leichtathletikhalle	2.00	9:43	4:51	89	2:48	267	3:32	10.00	46:40	4:39	72	12:08	188	20:12