



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

evaluación detallada

Timpel, Heiko

Asociación: Quasti

Dorsal: 1103

recorrido: 10.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

categoría:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

tiempo total: 50:10

velocidad: 11.96 km/h

rendimiento en carrera: 5:01 min/km

posición en el recorrido/Total: 318 (de 618)

posición en el recorrido/Men: 289 (de 500)

mejor tiempo del recorrido: 31:03

posición en la categoría: 102(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							
				retraso min	posición categoría	retraso Men	Total km	Total tiempo	Total posición min/km	retraso categoría	posición Men	retraso Men		
Runde	2.00	10:33	5:16	126	3:55	341	4:30	2.00	10:33	5:16	44	2:03	96	2:03
Runde	2.00	9:43	4:51	94	2:52	263	3:37	4.00	20:16	5:03	68	5:58	188	7:58
Runde	2.00	9:55	4:57	97	2:47	272	3:41	6.00	30:11	5:01	66	8:31	185	11:39
Runde	2.00	10:01	5:00	92	3:01	269	3:45	8.00	40:12	5:01	66	11:13	185	15:24
Leichtathletikhalle	2.00	9:58	4:59	103	3:03	299	3:47	10.00	50:10	5:00	102	15:38	290	23:42