



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

evaluación detallada

Scheel, Ronny

Asociación: Baldur auf Tour

Dorsal: 1723

recorrido: 10.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

categoría:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

tiempo total: 55:16

velocidad: 10.86 km/h

rendimiento en carrera: 5:32 min/km

posición en el recorrido/Total: 485 (de 618)

posición en el recorrido/Men: 421 (de 500)

mejor tiempo del recorrido: 31:03

posición en la categoría: 150(de 171)

mejor tiempo en la categoría: 34:32

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	retraso			retraso			Total km	Total tiempo	Total min/km	retraso		
				posición	categoría	Men	posición	categoría	Men				posición	categoría	Men
Runde	2.00	11:09	5:34	153	4:31	412	5:06	2.00	11:09	5:34	51	2:39	125	2:39	
Runde	2.00	10:47	5:23	150	3:56	417	4:41	4.00	21:56	5:29	75	7:38	200	9:38	
Runde	2.00	11:06	5:32	146	3:58	420	4:52	6.00	33:02	5:30	73	11:22	197	14:30	
Runde	2.00	11:17	5:38	150	4:17	420	5:01	8.00	44:19	5:32	73	15:20	197	19:31	
Leichtathletikhalle	2.00	10:57	5:28	142	4:02	405	4:46	10.00	55:16	5:31	150	20:44	422	28:48	