



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

evaluación detallada

Bräske, Tino

Asociación: Erfurt

Dorsal: 1414

recorrido: 10.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

categoría:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

tiempo total: 47:09

velocidad: 12.73 km/h

rendimiento en carrera: 4:43 min/km

posición en el recorrido/Total: 219 (de 618)

posición en el recorrido/Men: 205 (de 500)

mejor tiempo del recorrido: 31:03

posición en la categoría: 50(de 107)

mejor tiempo en la categoría: 34:41

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa min/km	stage score			Total score							
				posición categoría	retraso Men	retraso Men	Total km	Total tiempo	Total min/km	posición categoría	retraso Men	retraso Men		
Runde	2.00	8:38	4:18	29	1:53	122	2:35	2.00	8:38	4:18	38	0:10	189	0:08
Runde	2.00	9:36	4:47	58	2:41	243	3:30	4.00	18:14	4:33	58	1:05	274	5:56
Runde	2.00	9:33	4:46	52	2:28	221	3:19	6.00	27:47	4:37	58	1:55	271	9:15
Runde	2.00	9:47	4:53	57	2:40	244	3:31	8.00	37:34	4:41	58	2:55	211	12:46
Leichtathletikhalle	2.00	9:35	4:47	59	2:47	246	3:24	10.00	47:09	4:42	50	12:28	206	20:41