



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

evaluación detallada

Ickler, Mario

Asociación: Seebach

Dorsal: 1430

recorrido: 10.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

categoría:

Senioren M50 (50-59 Jahre)

tiempo total: 46:24

velocidad: 12.93 km/h

rendimiento en carrera: 4:38 min/km

posición en el recorrido/Total: 191 (de 618)

posición en el recorrido/Men: 179 (de 500)

mejor tiempo del recorrido: 31:03

posición en la categoría: 16(de 89)

mejor tiempo en la categoría: 36:19

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	retraso	Men	posición	retraso	Men				posición	retraso	Men
Runde	2.00	9:15	4:37	26	2:15	185	3:12								
Runde	2.00	9:20	4:40	22	2:02	204	3:14	4.00	18:35	4:38	20		17	6:17	
Runde	2.00	9:25	4:42	19	2:04	202	3:11	6.00	28:00	4:40	21		273	9:28	
Runde	2.00	9:25	4:42	16	2:04	181	3:09	8.00	37:25	4:40	21		152	12:37	
Leichtathletikhalle	2.00	8:59	4:29	12	1:40	159	2:48	10.00	46:24	4:38	16	10:05	180	19:56	