



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

evaluación detallada

Flock, Peter

Asociación: GMRV

Dorsal: 1266

recorrido: 10.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

categoría:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

tiempo total: 58:05

velocidad: 10.33 km/h

rendimiento en carrera: 5:49 min/km

posición en el recorrido/Total: 540 (de 618)

posición en el recorrido/Men: 456 (de 500)

mejor tiempo del recorrido: 31:03

posición en la categoría: 157(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	posición	Men	posición	posición	Men				posición	posición	Men
Runde	2.00	11:47	5:53	158	5:09	452	5:44		2.00	11:47	5:53	74	3:17	195	3:17
Runde	2.00	11:24	5:42	157	4:33	455	5:18		4.00	23:11	5:47	100	8:53	284	10:53
Runde	2.00	11:50	5:55	160	4:42	469	5:36		6.00	35:01	5:50	98	13:21	279	16:29
Runde	2.00	12:37	6:18	165	5:37	482	6:21		8.00	47:38	5:57	98	18:39	281	22:50
Leichtathletikhalle	2.00	10:27	5:13	124	3:32	357	4:16		10.00	58:05	5:48	157	23:33	457	31:37