



# 39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

## evaluación detallada

**Kiszka, Michael**

Asociación: Erfurt

Dorsal: 1677

recorrido: 10.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

categoría:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

tiempo total: 1:00:56

velocidad: 9.85 km/h

rendimiento en carrera: 6:05 min/km

posición en el recorrido/Total: 576 (de 618)

posición en el recorrido/Men: 478 (de 500)

mejor tiempo del recorrido: 31:03

posición en la categoría: 100(de 107)

mejor tiempo en la categoría: 34:41

## tiempos parciales

## stage score

## Total score

| control             | etapa<br>km | etapa<br>tiempo | etapaposisió<br>min/km | retraso  |         |          |         | Total<br>km | Total<br>tiempo | Total<br>min/km | retraso  |         |          |         |
|---------------------|-------------|-----------------|------------------------|----------|---------|----------|---------|-------------|-----------------|-----------------|----------|---------|----------|---------|
|                     |             |                 |                        | posición | retraso | posición | retraso |             |                 |                 | posición | retraso | posición | retraso |
|                     |             |                 |                        | Men      | Men     | Men      | Men     |             |                 |                 | Men      | Men     | Men      | Men     |
| Runde               | 2.00        | 10:59           | 5:29                   | 78       | 4:14    | 394      | 4:56    | 2.00        | 10:59           | 5:29            | 24       | 2:31    | 120      | 2:29    |
| Runde               | 2.00        | 11:47           | 5:53                   | 101      | 4:52    | 477      | 5:41    | 4.00        | 22:46           | 5:41            | 60       | 5:37    | 288      | 10:28   |
| Runde               | 2.00        | 12:39           | 6:19                   | 105      | 5:34    | 488      | 6:25    | 6.00        | 35:25           | 5:54            | 60       | 9:33    | 285      | 16:53   |
| Runde               | 2.00        | 13:06           | 6:32                   | 104      | 5:59    | 491      | 6:50    | 8.00        | 48:31           | 6:03            | 60       | 13:52   | 285      | 23:43   |
| Leichtathletikhalle | 2.00        | 12:25           | 6:12                   | 99       | 5:37    | 478      | 6:14    | 10.00       | 1:00:56         | 6:05            | 100      | 26:15   | 479      | 34:28   |