



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

evaluación detallada

Kahl, Nico

Asociación: Neustadt/Rennsteig

Dorsal: 1523

recorrido: 10.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

categoría:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

tiempo total: 57:38

velocidad: 10.41 km/h

rendimiento en carrera: 5:46 min/km

posición en el recorrido/Total: 532 (de 618)

posición en el recorrido/Men: 452 (de 500)

mejor tiempo del recorrido: 31:03

posición en la categoría: 93(de 107)

mejor tiempo en la categoría: 34:41

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	retraso			Total km	Total tiempo	Total min/km	retraso			Total Men	Total Men
				retraso	posición	retraso				retraso	posición	retraso		
Runde	2.00	11:18	5:39	89	4:33	422	2.00	11:18	5:39	41	2:50	199	2:48	
Runde	2.00	11:08	5:33	90	4:13	439	4.00	22:26	5:36	61	5:17	289	10:08	
Runde	2.00	11:22	5:41	92	4:17	444	6.00	33:48	5:37	61	7:56	286	15:16	
Runde	2.00	11:47	5:53	90	4:40	446	8.00	45:35	5:41	61	10:56	286	20:47	
Leichtathletikhalle	2.00	12:03	6:01	97	5:15	470	10.00	57:38	5:45	93	22:57	453	31:10	