



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

evaluación detallada

Koch, Mathias

Asociación: Erfurt

Dorsal: 1452

recorrido: 10.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

categoría:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

tiempo total: 51:45

velocidad: 11.59 km/h

rendimiento en carrera: 5:11 min/km

posición en el recorrido/Total: 380 (de 618)

posición en el recorrido/Men: 339 (de 500)

mejor tiempo del recorrido: 31:03

posición en la categoría: 121(de 171)

mejor tiempo en la categoría: 34:32

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	retraso				Total km	Total tiempo	Total min/km	retraso			
				posición	retraso	posición	retraso				posición	retraso	posición	retraso
				Men	Men	Men	Men				Men	Men	Men	Men
Runde	2.00	10:10	5:04	105	3:32	294	4:07	2.00	10:10	5:04	78	1:40	136	1:40
Runde	2.00	10:13	5:06	125	3:22	353	4:07	4.00	20:23	5:05	105	6:05	301	8:05
Runde	2.00	10:22	5:11	122	3:14	341	4:08	6.00	30:45	5:07	103	9:05	227	12:13
Runde	2.00	10:30	5:15	121	3:30	341	4:14	8.00	41:15	5:09	103	12:16	227	16:27
Leichtathletikh	2.00	10:30	5:15	126	3:35	361	4:19	10.00	51:45	5:10	121	17:13	340	25:17