



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

evaluación detallada

Sackmann, Daniel

Asociación: Erfurt

Dorsal: 1022

recorrido: 10.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

categoría:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

tiempo total: 57:35

velocidad: 10.42 km/h

rendimiento en carrera: 5:46 min/km

posición en el recorrido/Total: 529 (de 618)

posición en el recorrido/Men: 450 (de 500)

mejor tiempo del recorrido: 31:03

posición en la categoría: 92(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			
				posición	posición	posición	posición				posición	posición	posición	posición
				Men	Men	Men	Men				Men	Men	Men	Men
Runde	2.00	12:14	6:06	101	5:29	480	6:11	2.00	12:14	6:06	39	3:46	194	3:44
Runde	2.00	11:26	5:43	97	4:31	460	5:20	4.00	23:40	5:55	64	6:31	304	11:22
Runde	2.00	11:25	5:42	93	4:20	447	5:11	6.00	35:05	5:50	59	9:13	280	16:33
Runde	2.00	11:47	5:53	90	4:40	446	5:31	8.00	46:52	5:51	59	12:13	280	22:04
Leichtathletikhalle	2.00	10:43	5:21	82	3:55	381	4:32	10.00	57:35	5:45	92	22:54	451	31:07