



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

evaluación detallada

Dehmel, Gerhard

Asociación: ThWV Ilmenau

Dorsal: 1146

recorrido: 10.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

categoría:

Senioren M70 (70 und älter Jahre)

tiempo total: 50:54

velocidad: 11.79 km/h

rendimiento en carrera: 5:05 min/km

posición en el recorrido/Total: 336 (de 618)

posición en el recorrido/Men: 306 (de 500)

mejor tiempo del recorrido: 31:03

posición en la categoría: 2(de 9)

mejor tiempo en la categoría: 46:56

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa min/km	stage score			Total score							
				posición categoría	retraso Men	posición Men	Total km	Total tiempo	Total min/km	posición categoría	retraso Men	posición Men		
Runde	2.00	9:30	4:45	2	0:37	215	3:27	2.00	9:30	4:45	6	75	1:00	
Runde	2.00	10:04	5:01	2	0:47	332	3:58	4.00	19:34	4:53	7	348	7:16	
Runde	2.00	10:28	5:14	2	1:03	357	4:14	6.00	30:02	5:00	6	2:27	345	11:30
Runde	2.00	10:33	5:16	2	0:54	350	4:17	8.00	40:35	5:04	6	3:21	345	15:47
Leichtathletikhalle	2.00	10:19	5:09	3	0:37	342	4:08	10.00	50:54	5:05	2	3:58	307	24:26