



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

evaluación detallada

Leefers, Sören

Asociación: Kodokan Erfurt

Dorsal: 1245

recorrido: 10.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

categoría:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

tiempo total: 59:13

velocidad: 10.13 km/h

rendimiento en carrera: 5:55 min/km

posición en el recorrido/Total: 559 (de 618)

posición en el recorrido/Men: 469 (de 500)

mejor tiempo del recorrido: 31:03

posición en la categoría: 98(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	11:12	5:35	85	4:27	416	2.00	11:12	5:35	52	2:44	257	2:42	
Runde	2.00	11:55	5:57	103	5:00	481	4.00	23:07	5:46	72	5:58	351	10:49	
Runde	2.00	11:55	5:57	99	4:50	471	6.00	35:02	5:50	72	9:10	348	16:30	
Runde	2.00	12:18	6:09	99	5:11	476	8.00	47:20	5:55	72	12:41	348	22:32	
Leichtathletikhalle	2.00	11:53	5:56	95	5:05	466	10.00	59:13	5:55	98	24:32	470	32:45	