



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

evaluación detallada

Wieschalla, Holger

Asociación: Drei Gleichen

Dorsal: 1418

recorrido: 10.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

categoría:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

tiempo total: 51:20

velocidad: 11.69 km/h

rendimiento en carrera: 5:08 min/km

posición en el recorrido/Total: 356 (de 618)

posición en el recorrido/Men: 321 (de 500)

mejor tiempo del recorrido: 31:03

posición en la categoría: 115(de 171)

mejor tiempo en la categoría: 34:32

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa min/km	posición			retraso			Total km	Total tiempo	Total min/km	posición			retraso		
				posición	retraso	Men	posición	retraso	Men				posición	retraso	Men			
Runde	2.00	10:32	5:15	123	3:54	337	4:29	2.00	10:32	5:15	64	2:02	164	2:02				
Runde	2.00	10:23	5:11	138	3:32	379	4:17	4.00	20:55	5:13	123	6:37	359	8:37				
Runde	2.00	10:19	5:09	120	3:11	333	4:05	6.00	31:14	5:12	121	9:34	356	12:42				
Runde	2.00	10:14	5:06	108	3:14	302	3:58	8.00	41:28	5:11	121	12:29	356	16:40				
Leichtathletikhalle	2.00	9:52	4:56	97	2:57	285	3:41	10.00	51:20	5:08	115	16:48	322	24:52				