



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

evaluación detallada

König, Jörg

Asociación: Quasti

Dorsal: 1105

recorrido: 10.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

categoría:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

tiempo total: 58:58

velocidad: 10.18 km/h

rendimiento en carrera: 5:54 min/km

posición en el recorrido/Total: 557 (de 618)

posición en el recorrido/Men: 466 (de 500)

mejor tiempo del recorrido: 31:03

posición en la categoría: 161(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	11:57	5:58	163	5:19	471	5:54	2.00	11:57	5:58	104	3:27	221	3:27
Runde	2.00	11:42	5:50	162	4:51	473	5:36	4.00	23:39	5:54	132	9:21	283	11:21
Runde	2.00	11:48	5:54	159	4:40	464	5:34	6.00	35:27	5:54	130	13:47	371	16:55
Runde	2.00	11:55	5:57	159	4:55	456	5:39	8.00	47:22	5:55	130	18:23	371	22:34
Leichtathletikhalle	2.00	11:36	5:47	157	4:41	450	5:25	10.00	58:58	5:53	161	24:26	467	32:30