



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

evaluación detallada

Schröder, Carsten

Asociación: Erfurt

Dorsal: 1570

recorrido: 10.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

categoría:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

tiempo total: 56:30

velocidad: 10.62 km/h

rendimiento en carrera: 5:39 min/km

posición en el recorrido/Total: 505 (de 618)

posición en el recorrido/Men: 433 (de 500)

mejor tiempo del recorrido: 31:03

posición en la categoría: 89(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	retraso	posición	retraso				posición	retraso	posición	retraso
				Men	Men	Men	Men				Men	Men	Men	Men
Runde	2.00	11:15	5:37	87	4:30	418	5:12	2.00	11:15	5:37	43	2:47	112	2:45
Runde	2.00	11:22	5:41	94	4:27	452	5:16	4.00	22:37	5:39	78	5:28	380	10:19
Runde	2.00	12:19	6:09	103	5:14	481	6:05	6.00	34:56	5:49	78	9:04	377	16:24
Runde	2.00	12:30	6:15	100	5:23	479	6:14	8.00	47:26	5:55	78	12:47	377	22:38
Leichtathletikhalle	2.00	9:04	4:31	38	2:16	167	2:53	10.00	56:30	5:39	89	21:49	434	30:02