



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

evaluación detallada

Kämmerer, Jens

Asociación: Erfurt

Dorsal: 1078

recorrido: 10.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

categoría:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

tiempo total: 58:15

velocidad: 10.30 km/h

rendimiento en carrera: 5:49 min/km

posición en el recorrido/Total: 544 (de 618)

posición en el recorrido/Men: 459 (de 500)

mejor tiempo del recorrido: 31:03

posición en la categoría: 95(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		Total		Total		retraso	
				retraso	posición	retraso	posición	km	tiempo	min/km	retraso	posición	retraso	posición	
			retraso	posición	retraso	posición	Men	Men	km	tiempo	min/km	retraso	posición	retraso	posición
Runde	2.00	10:25	5:12	64	3:40	320	4:22		2.00	10:25	5:12	32	1:57	159	1:55
Runde	2.00	11:04	5:31	89	4:09	433	4:58		4.00	21:29	5:22	79	4:20	384	9:11
Runde	2.00	11:49	5:54	97	4:44	466	5:35		6.00	33:18	5:32	79	7:26	342	14:46
Runde	2.00	12:01	6:00	95	4:54	459	5:45		8.00	45:19	5:39	79	10:40	381	20:31
Leichtathletikhalle	2.00	12:56	6:28	103	6:08	485	6:45		10.00	58:15	5:49	95	23:34	460	31:47