



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

evaluación detallada

Trabert, Heiko

tiempo total: 56:55

Dorsal: 1548

velocidad: 10.54 km/h

rendimiento en carrera: 5:41 min/km

recorrido: 10.00 km

posición en el recorrido/Total: 512 (de 618)

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

posición en el recorrido/Men: 437 (de 500)

mejor tiempo del recorrido: 31:03

categoría:

posición en la categoría: 83(de 89)

Senioren M50 (50-59 Jahre)

mejor tiempo en la categoría: 36:19

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	11:49	5:54	82	4:49	457	5:46	2.00	11:49	5:54	25	3:25	231	3:19
Runde	2.00	11:04	5:31	83	3:46	433	4:58	4.00	22:53	5:43	10	2:12	318	10:35
Runde	2.00	11:20	5:40	83	3:59	439	5:06	6.00	34:13	5:42	13	3:15	383	15:41
Runde	2.00	11:26	5:43	82	4:05	431	5:10	8.00	45:39	5:42	13	4:18	383	20:51
Leichtathletikhalle	2.00	11:16	5:38	83	3:57	427	5:05	10.00	56:55	5:41	83	20:36	438	30:27