



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

evaluación detallada

Sprenger, Bernd

Asociación: LTV Erfurt

Dorsal: 1024

recorrido: 10.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

categoría:

Senioren M50 (50-59 Jahre)

tiempo total: 51:41

velocidad: 11.61 km/h

rendimiento en carrera: 5:10 min/km

posición en el recorrido/Total: 377 (de 618)

posición en el recorrido/Men: 338 (de 500)

mejor tiempo del recorrido: 31:03

posición en la categoría: 59(de 89)

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	10:32	5:15	54	3:32	337	4:29	2.00	10:32	5:15	23	2:08	164	2:02
Runde	2.00	10:17	5:08	61	2:59	364	4:11	4.00	20:49	5:12	42	0:08	358	8:31
Runde	2.00	10:20	5:10	57	2:59	335	4:06	6.00	31:09	5:11	42	0:11	207	12:37
Runde	2.00	10:20	5:10	51	2:59	317	4:04	8.00	41:29	5:11	42	0:08	396	16:41
Leichtathletikhalle	2.00	10:12	5:05	52	2:53	326	4:01	10.00	51:41	5:10	59	15:22	339	25:13