



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

evaluación detallada

Kriening, Henry

Asociación: Riesa

Dorsal: 1897

recorrido: 10.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

categoría:

Senioren M50 (50-59 Jahre)

tiempo total: 49:15

velocidad: 12.18 km/h

rendimiento en carrera: 4:55 min/km

posición en el recorrido/Total: 288 (de 618)

posición en el recorrido/Men: 264 (de 500)

mejor tiempo del recorrido: 31:03

posición en la categoría: 41(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	categoría	Men				posición	categoría	Men	
Runde	2.00	10:39	5:19	57	3:39	353	2.00	10:39	5:19	9	2:15	143	2:09
Runde	2.00	9:48	4:54	43	2:30	276	4.00	20:27	5:06	32		208	8:09
Runde	2.00	9:36	4:47	30	2:15	229	6.00	30:03	5:00	37		387	11:31
Runde	2.00	9:44	4:51	29	2:23	233	8.00	39:47	4:58	37		409	14:59
Leichtathletikhalle	2.00	9:28	4:44	30	2:09	229	10.00	49:15	4:55	41	12:56	265	22:47