



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

evaluación detallada

Gunkel, Sven

Asociación: Ichtershausen

Dorsal: 1368

recorrido: 10.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

categoría:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

tiempo total: 51:15

velocidad: 11.71 km/h

rendimiento en carrera: 5:07 min/km

posición en el recorrido/Total: 351 (de 618)

posición en el recorrido/Men: 316 (de 500)

mejor tiempo del recorrido: 31:03

posición en la categoría: 112(de 171)

mejor tiempo en la categoría: 34:32

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	9:36	4:47	83	2:58	230	3:33	2.00	9:36	4:47	116	1:06	108	1:06
Runde	2.00	10:01	5:00	119	3:10	321	3:55	4.00	19:37	4:54	146	5:19	101	7:19
Runde	2.00	10:22	5:11	122	3:14	341	4:08	6.00	29:59	4:59	144	8:19	240	11:27
Runde	2.00	10:41	5:20	130	3:41	363	4:25	8.00	40:40	5:04	144	11:41	238	15:52
Leichtathletikhalle	2.00	10:35	5:17	128	3:40	369	4:24	10.00	51:15	5:07	112	16:43	317	24:47