



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

evaluación detallada

Herzog, Michael

Asociación: Berlinchen Ranch

Dorsal: 380

recorrido: 4.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelfranken

categoría:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

tiempo total: 19:12

velocidad: 12.50 km/h

rendimiento en carrera: 4:48 min/km

posición en el recorrido/Total: 104 (de 389)

posición en el recorrido/Men: 83 (de 249)

mejor tiempo del recorrido: 11:54

posición en la categoría: 17(de 63)

mejor tiempo en la categoría: 14:23

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa min/km	posición retraso			posición retraso							
				categoría	Men	Men	categoría	Men	Men					
Runde	2.00	9:48	4:54	19	2:47	97	3:49	2.00	9:48	4:54	47	0:02	73	3:48
Leichtathletikhalle	2.00	9:24	4:42	17	2:02	80	3:30	4.00	19:12	4:47	17	4:49	83	7:18