



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

evaluación detallada

Langenhan, Detlef

Asociación: Erfurt

Dorsal: 1043

recorrido: 10.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

categoría:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

tiempo total: 1:02:57

velocidad: 9.53 km/h

rendimiento en carrera: 6:18 min/km

posición en el recorrido/Total: 595 (de 618)

posición en el recorrido/Men: 487 (de 500)

mejor tiempo del recorrido: 31:03

posición en la categoría: 166(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 categoría	Men	Men	Men				posición categoría	Men	Men	Men
Runde	2.00	12:19	6:09	166	5:41	484	6:16	2.00	12:19	6:09	119	3:49	336	3:49
Runde	2.00	12:18	6:09	168	5:27	488	6:12	4.00	24:37	6:09	149	10:19	434	12:19
Runde	2.00	12:35	6:17	165	5:27	486	6:21	6.00	37:12	6:12	147	15:32	431	18:40
Runde	2.00	13:03	6:31	167	6:03	489	6:47	8.00	50:15	6:16	147	21:16	431	25:27
Leichtathletikh	2.00	12:42	6:20	165	5:47	480	6:31	10.00	1:02:57	6:17	166	28:25	488	36:29