



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

evaluación detallada

Heinrich, Andreas

Asociación: Elxleben

Dorsal: 1177

recorrido: 10.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

categoría:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

tiempo total: 1:02:12

velocidad: 9.65 km/h

rendimiento en carrera: 6:13 min/km

posición en el recorrido/Total: 586 (de 618)

posición en el recorrido/Men: 483 (de 500)

mejor tiempo del recorrido: 31:03

posición en la categoría: 103(de 107)

mejor tiempo en la categoría: 34:41

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa min/km	posición			retraso			Total km	Total tiempo	Total min/km	posición			retraso		
				posición	retraso	Men	posición	retraso	Men				posición	retraso	Men			
Runde	2.00	12:16	6:08	103	5:31	483	6:13	2.00	12:16	6:08	74	3:48	338	3:46				
Runde	2.00	11:49	5:54	102	4:54	478	5:43	4.00	24:05	6:01	96	6:56	436	11:47				
Runde	2.00	12:16	6:08	102	5:11	479	6:02	6.00	36:21	6:03	96	10:29	433	17:49				
Runde	2.00	13:01	6:30	103	5:54	486	6:45	8.00	49:22	6:10	96	14:43	433	24:34				
Leichtathletikhalle	2.00	12:50	6:25	102	6:02	484	6:39	10.00	1:02:12	6:13	103	27:31	484	35:44				