



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

evaluación detallada

Poley, Uwe

Asociación: Klettbach

Dorsal: 1236

recorrido: 10.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

categoría:

Senioren M50 (50-59 Jahre)

tiempo total: 49:43

velocidad: 12.07 km/h

rendimiento en carrera: 4:58 min/km

posición en el recorrido/Total: 304 (de 618)

posición en el recorrido/Men: 275 (de 500)

mejor tiempo del recorrido: 31:03

posición en la categoría: 42(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	retraso	posición	retraso				posición	retraso	posición	retraso
				Men	Men	Men	Men				Men	Men	Men	Men
Runde	2.00	11:20	5:40	73	4:20	425	5:17	2.00	11:20	5:40	18	2:56	133	2:50
Runde	2.00	10:10	5:04	57	2:52	345	4:04	4.00	21:30	5:22	34	0:49	442	9:12
Runde	2.00	9:45	4:52	33	2:24	248	3:31	6.00	31:15	5:12	34	0:17	222	12:43
Runde	2.00	9:28	4:44	19	2:07	196	3:12	8.00	40:43	5:05	34		439	15:55
Leichtathletikhalle	2.00	9:00	4:30	13	1:41	160	2:49	10.00	49:43	4:58	42	13:24	276	23:15