



# 39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

## evaluación detallada

**Förster, Kai**

Asociación: FFLW

Dorsal: 262

recorrido: 4.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelhünfe

categoría:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

tiempo total: 19:08

velocidad: 12.54 km/h

rendimiento en carrera: 4:47 min/km

posición en el recorrido/Total: 99 (de 389)

posición en el recorrido/Men: 79 (de 249)

mejor tiempo del recorrido: 11:54

posición en la categoría: 7(de 32)

mejor tiempo en la categoría: 13:15

## tiempos parciales

## stage score

## Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa min/km	stage score			Total score							
				posición categoría	retraso Men	posición Men	retraso Men	posición categoría	retraso Men	posición Men				
Runde	2.00	9:54	4:57	10	3:19	103	3:55	2.00	9:54	4:57	27	74	3:54	
Leichtathletikhalle	2.00	9:14	4:36	6	2:34	70	3:20	4.00	19:08	4:46	7	5:53	79	7:14