



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

evaluación detallada

Pohl, Günther

Asociación: LTV Erfurt

Dorsal: 1431

recorrido: 10.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

categoría:

Senioren M70 (70 und älter Jahre)

tiempo total: 52:20

velocidad: 11.46 km/h

rendimiento en carrera: 5:14 min/km

posición en el recorrido/Total: 400 (de 618)

posición en el recorrido/Men: 357 (de 500)

mejor tiempo del recorrido: 31:03

posición en la categoría: 3(de 9)

mejor tiempo en la categoría: 46:56

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	10:04	5:01	3	1:11	284	4:01	2.00	10:04	5:01	7	59	1:34	
Runde	2.00	10:36	5:17	3	1:19	394	4:30	4.00	20:40	5:10	8	371	8:22	
Runde	2.00	10:43	5:21	3	1:18	379	4:29	6.00	31:23	5:13	7	3:48	242	12:51
Runde	2.00	10:39	5:19	3	1:00	357	4:23	8.00	42:02	5:15	7	4:48	457	17:14
Leichtathletikhalle	2.00	10:18	5:09	2	0:36	341	4:07	10.00	52:20	5:14	3	5:24	358	25:52