



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

evaluación detallada

Herold, Günter

Asociación: TSV Bad Könischofe
Dorsal: 1568

recorrido: 10.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

categoría:

Senioren M60 (60-69 Jahre)

tiempo total: 48:59

velocidad: 12.25 km/h

rendimiento en carrera: 4:54 min/km

posición en el recorrido/Total: 276 (de 618)

posición en el recorrido/Men: 255 (de 500)

mejor tiempo del recorrido: 31:03

posición en la categoría: 6(de 20)

mejor tiempo en la categoría: 41:59

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	stage score				Total score						
				retraso categoría	retraso Men	posición categoría	retraso Men	Total km	Total tiempo	Total posición min/km	retraso categoría	posición Men	retraso Men	
Runde	2.00	10:24	5:12	12	4:09	318	4:21	2.00	10:24	5:12	3	253	1:54	
Runde	2.00	9:38	4:48	5	3:32	247	3:32	4.00	20:02	5:00	3	414	7:44	
Runde	2.00	9:33	4:46	5	3:08	221	3:19	6.00	29:35	4:55	3	464	11:03	
Runde	2.00	9:42	4:50	5	3:10	227	3:26	8.00	39:17	4:54	3	423	14:29	
Leichtathletikhalle	2.00	9:42	4:50	6	1:19	262	3:31	10.00	48:59	4:53	6	7:00	256	22:31