



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

evaluación detallada

Jacob, Jens Oliver

Asociación: Oscars Läufer Gebesee

Dorsal: 1878

recorrido: 10.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

categoría:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

tiempo total: 42:41

velocidad: 14.06 km/h

rendimiento en carrera: 4:16 min/km

posición en el recorrido/Total: 91 (de 618)

posición en el recorrido/Men: 84 (de 500)

mejor tiempo del recorrido: 31:03

posición en la categoría: 29(de 171)

mejor tiempo en la categoría: 34:32

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	retraso			Total km	Total tiempo	Total min/km	retraso		
				posición categoría	Men	Men				posición categoría	Men	Men
Runde	2.00	7:59	3:59	20	1:21	62	2.00	7:59	3:59	146		423
Runde	2.00	8:28	4:14	29	1:37	86	4.00	16:27	4:06	170	2:09	489 4:09
Runde	2.00	8:50	4:25	41	1:42	113	6.00	25:17	4:12	168	3:37	486 6:45
Runde	2.00	8:48	4:24	30	1:48	94	8.00	34:05	4:15	168	5:06	486 9:17
Leichtathletikhalle	2.00	8:36	4:17	39	1:41	106	10.00	42:41	4:16	29	8:09	85 16:13