



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

evaluación detallada

Stephan, Helen

Dorsal: 1440

recorrido: 10.00 km

Vintage VDB Lauf

categoría:

Frauen (20-29 Jahre)

tiempo total: 1:01:22

velocidad: 9.78 km/h

rendimiento en carrera: 6:08 min/km

posición en el recorrido/Total: 573 (de 637)

posición en el recorrido/Women: 112 (de 144)

mejor tiempo del recorrido: 38:07

posición en la categoría: 21(de 24)

mejor tiempo en la categoría: 42:00

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa	etapa	etapa	posició	retraso	posició	retraso	Total	Total	Total	posició	retraso	posició	retraso
	km	tiempo	min/km	categoría	categoría	Women	Women				categoría	categoría	Women	Women
Runde Langstrec	2.00	13:19	6:39	24	4:52	133	5:59	2.00	13:19	6:39	17	1:29	46	5:59
Runde Langstrec	2.00	12:04	6:01	20	3:37	111	4:27	4.00	25:23	6:20	17	1:25	46	10:26
Runde Langstrec	2.00	11:59	5:59	19	3:38	105	4:13	6.00	37:22	6:13	17	0:37	38	14:39
Runde Langstrec	2.00	12:12	6:05	19	3:45	106	4:26	8.00	49:34	6:11	16		46	19:05
Leichtathletikh	2.00	11:48	5:54	19	3:30	96	4:10	10.00	1:01:22	6:08	21	19:22	112	23:15