



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

evaluación detallada

Zscharnt, Ina

Asociación: DAV Inselberg

Dorsal: 41

recorrido: 4.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelfranken

categoría:

Seniorinnen W40 (40-49 Jahre)

tiempo total: 31:15

velocidad: 7.68 km/h

rendimiento en carrera: 7:49 min/km

posición en el recorrido/Total: 381 (de 389)

posición en el recorrido/Women: 133 (de 140)

mejor tiempo del recorrido: 14:03

posición en la categoría: 38(de 39)

mejor tiempo en la categoría: 15:39

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	stage score				Total score						
				retraso categoría	retraso categoría	retraso Women	retraso Women	Total km	Total tiempo	Total min/km	retraso categoría	retraso Women	retraso Women	
Runde	2.00	15:44	7:51	38	8:03	136	8:45	2.00	15:44	7:51	5	3:25	106	4:17
Leichtathletikhalle	2.00	15:31	7:45	38	7:33	132	8:27	4.00	31:15	7:48	38	15:36	133	17:12