



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

evaluación detallada

Ihlefeld, Yvonne

Asociación: Schönebeck

Dorsal: 1722

recorrido: 10.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

categoría:

Seniorinnen W30 (30-39 Jahre)

tiempo total: 42:02

velocidad: 14.27 km/h

rendimiento en carrera: 4:12 min/km

posición en el recorrido/Total: 78 (de 618)

posición en el recorrido/Women: 6 (de 118)

mejor tiempo del recorrido: 36:13

posición en la categoría: 2 (de 34)

mejor tiempo en la categoría: 38:37

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa min/km	stage score				Total score						
				posición categoría	retraso categoría	posición Women	retraso Women	Total km	Total tiempo	Total min/km	posición categoría	retraso categoría	posición Women	retraso Women
Runde	2.00	9:33	4:46	7	2:09	19	2:33	2.00	9:33	4:46	20	2	1:46	
Runde	2.00	8:18	4:09	2	0:42	6	1:00	4.00	17:51	4:27	20	4	0:07	
Runde	2.00	8:11	4:05	2	0:23	5	0:50	6.00	26:02	4:20	20	4		
Runde	2.00	8:12	4:05	2	0:15	6	0:53	8.00	34:14	4:16	20	4		
Leichtathletikhalle	2.00	7:48	3:53	1	-	2	0:33	10.00	42:02	4:12	2	3:25	6	5:49