



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

evaluación detallada

Plaschke, Susanne

Asociación: Erfurt

Dorsal: 1566

recorrido: 10.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

categoría:

Seniorinnen W30 (30-39 Jahre)

tiempo total: 55:45

velocidad: 10.76 km/h

rendimiento en carrera: 5:35 min/km

posición en el recorrido/Total: 496 (de 618)

posición en el recorrido/Women: 69 (de 118)

mejor tiempo del recorrido: 36:13

posición en la categoría: 22(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
Runde	2.00	10:41	5:20	18	3:17	55	3:41	2.00	10:41	5:20	24	19	2:54
Runde	2.00	10:42	5:20	19	3:06	59	3:24	4.00	21:23	5:20	26	24	3:39
Runde	2.00	11:21	5:40	22	3:33	72	4:00	6.00	32:44	5:27	26	24	6:17
Runde	2.00	11:33	5:46	22	3:36	71	4:14	8.00	44:17	5:32	26	24	9:02
Leichtathletikhalle	2.00	11:28	5:44	24	3:40	78	4:13	10.00	55:45	5:34	22	17:08	69 19:32