



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

evaluación detallada

Esche, Astrid

Asociación: Bad Langensalza

Dorsal: 1119

recorrido: 10.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

categoría:

Seniorinnen W40 (40-49 Jahre)

tiempo total: 59:40

velocidad: 10.06 km/h

rendimiento en carrera: 5:58 min/km

posición en el recorrido/Total: 566 (de 618)

posición en el recorrido/Women: 93 (de 118)

mejor tiempo del recorrido: 36:13

posición en la categoría: 36(de 40)

mejor tiempo en la categoría: 44:45

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	retraso				Total km	Total tiempo	Total min/km	retraso			
				Wome	Women	Wome	Women				Wome	Women		
Runde	2.00	12:18	6:09	36	3:49	97	5:18	2.00	12:18	6:09	29	3:49	32	4:31
Runde	2.00	11:56	5:58	35	3:04	95	4:38	4.00	24:14	6:03	29	6:53	32	6:30
Runde	2.00	11:56	5:58	34	2:52	91	4:35	6.00	36:10	6:01	29	9:45	38	9:43
Runde	2.00	12:04	6:01	34	2:54	88	4:45	8.00	48:14	6:01	29	12:39	38	12:59
Leichtathletikh	2.00	11:26	5:43	28	2:16	76	4:11	10.00	59:40	5:58	36	14:55	93	23:27