



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

evaluación detallada

Sparbrod, Matina

Asociación: Erfurt

Dorsal: 1681

recorrido: 10.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

categoría:

Seniorinnen W40 (40-49 Jahre)

tiempo total: 59:10

velocidad: 10.14 km/h

rendimiento en carrera: 5:55 min/km

posición en el recorrido/Total: 558 (de 618)

posición en el recorrido/Women: 90 (de 118)

mejor tiempo del recorrido: 36:13

posición en la categoría: 34(de 40)

mejor tiempo en la categoría: 44:45

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 | 11:56 | 5:58 | 32 | 3:27 | 91 | 4:56 | 2.00 | 11:56 | 5:58 | 11 | 3:27 | 57 | 4:09 |
| Runde | 2.00 | 11:42 | 5:50 | 32 | 2:50 | 89 | 4:24 | 4.00 | 23:38 | 5:54 | 11 | 6:17 | 64 | 5:54 |
| Runde | 2.00 | 11:44 | 5:51 | 31 | 2:40 | 86 | 4:23 | 6.00 | 35:22 | 5:53 | 11 | 8:57 | 64 | 8:55 |
| Runde | 2.00 | 11:58 | 5:59 | 33 | 2:48 | 87 | 4:39 | 8.00 | 47:20 | 5:55 | 11 | 11:45 | 64 | 12:05 |
| Leichtathletikhalle | 2.00 | 11:50 | 5:55 | 36 | 2:40 | 93 | 4:35 | 10.00 | 59:10 | 5:54 | 34 | 14:25 | 90 | 22:57 |