



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

evaluación detallada

Niemz, Carmen

Asociación: Quasti

Dorsal: 1107

recorrido: 10.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

categoría:

Seniorinnen W40 (40-49 Jahre)

tiempo total: 51:06

velocidad: 11.74 km/h

rendimiento en carrera: 5:07 min/km

posición en el recorrido/Total: 345 (de 618)

posición en el recorrido/Women: 33 (de 118)

mejor tiempo del recorrido: 36:13

posición en la categoría: 6(de 40)

mejor tiempo en la categoría: 44:45

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	stage score				Total score						
				retraso categoría	retraso categoría	posició Women	retraso Women	Total km	Total tiempo	Total min/km	posició categoría	retraso categoría	posició Women	retraso Women
Runde	2.00	10:44	5:21	20	2:15	60	3:44	2.00	10:44	5:21	8	2:15	8	2:57
Runde	2.00	9:59	4:59	4	1:07	32	2:41	4.00	20:43	5:10	8	3:22	75	2:59
Runde	2.00	10:04	5:01	3	1:00	30	2:43	6.00	30:47	5:07	8	4:22	75	4:20
Runde	2.00	10:11	5:05	3	1:01	29	2:52	8.00	40:58	5:07	8	5:23	75	5:43
Leichtathletikhalle	2.00	10:08	5:03	5	0:58	33	2:53	10.00	51:06	5:06	6	6:21	33	14:53