



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

evaluación detallada

Förster, Kerstin

Asociación: TSV Alperstedt

Dorsal: 1353

recorrido: 10.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

categoría:

Seniorinnen W30 (30-39 Jahre)

tiempo total: 51:36

velocidad: 11.63 km/h

rendimiento en carrera: 5:10 min/km

posición en el recorrido/Total: 373 (de 618)

posición en el recorrido/Women: 38 (de 118)

mejor tiempo del recorrido: 36:13

posición en la categoría: 15(de 34)

mejor tiempo en la categoría: 38:37

tiempos parciales

stage score

Total score

| control | etapa km | etapa tiempo | etapa min/km | posición retraso | | | posición retraso | | | Total km | Total tiempo | Total min/km | posición retraso | | |
|---------------------|-------------|-----------------|-----------------|------------------|------|-------|------------------|-------|-------|-------------|-----------------|-----------------|------------------|-------|-------|
| | | | | cat | cat | Women | cat | cat | Women | | | | cat | cat | Women |
| Runde | 2.00 | 9:34 | 4:46 | 8 | 2:10 | 20 | 2:34 | 2.00 | 9:34 | 4:46 | 7 | 80 | 1:47 | | |
| Runde | 2.00 | 10:07 | 5:03 | 14 | 2:31 | 36 | 2:49 | 4.00 | 19:41 | 4:55 | 7 | 87 | 1:57 | | |
| Runde | 2.00 | 10:34 | 5:16 | 16 | 2:46 | 44 | 3:13 | 6.00 | 30:15 | 5:02 | 7 | 87 | 3:48 | | |
| Runde | 2.00 | 10:44 | 5:21 | 16 | 2:47 | 45 | 3:25 | 8.00 | 40:59 | 5:07 | 7 | 87 | 5:44 | | |
| Leichtathletikhalle | 2.00 | 10:37 | 5:18 | 17 | 2:49 | 50 | 3:22 | 10.00 | 51:36 | 5:09 | 15 | 12:59 | 38 | 15:23 | |