



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

evaluación detallada

Stratmann, Frederike

Asociación: ANNA KRAM: Laufend helfen
Dorsal: 1428

recorrido: 10.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

categoría:

Seniorinnen W30 (30-39 Jahre)

tiempo total: 1:06:55

velocidad: 8.97 km/h

rendimiento en carrera: 6:41 min/km

posición en el recorrido/Total: 604 (de 618)

posición en el recorrido/Women: 112 (de 118)

mejor tiempo del recorrido: 36:13

posición en la categoría: 34(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	retraso Women
Runde	2.00	13:09	6:34	33	5:45	111	6:09	2.00	13:09	6:34	11	0:42	92	5:22
Runde	2.00	12:53	6:26	33	5:17	109	5:35	4.00	26:02	6:30	11	1:07	99	8:18
Runde	2.00	13:39	6:49	34	5:51	113	6:18	6.00	39:41	6:36	11	2:22	99	13:14
Runde	2.00	13:50	6:55	34	5:53	113	6:31	8.00	53:31	6:41	11	3:29	99	18:16
Leichtathletikhalle	2.00	13:24	6:42	34	5:36	112	6:09	10.00	1:06:55	6:41	34	28:18	112	30:42