



# 39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

## evaluación detallada

**grömmner, solveig**

Asociación: hauteroda

Dorsal: 1371

recorrido: 10.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

categoría:

Seniorinnen W40 (40-49 Jahre)

tiempo total: 51:37

velocidad: 11.62 km/h

rendimiento en carrera: 5:10 min/km

posición en el recorrido/Total: 374 (de 618)

posición en el recorrido/Women: 39 (de 118)

mejor tiempo del recorrido: 36:13

posición en la categoría: 8(de 40)

mejor tiempo en la categoría: 44:45

## tiempos parciales

## stage score

## Total score

| control         | etapa<br>km | etapa<br>tiempo | etapa<br>min/km | posición retraso |       |      |       | Total<br>km | Total<br>tiempo | Total<br>min/km | posición retraso |       |     |       |
|-----------------|-------------|-----------------|-----------------|------------------|-------|------|-------|-------------|-----------------|-----------------|------------------|-------|-----|-------|
|                 |             |                 |                 | Wome             | Women | Wome | Women |             |                 |                 | Wome             | Women |     |       |
| Runde           | 2.00        | 10:36           | 5:17            | 15               | 2:07  | 47   | 3:36  | 2.00        | 10:36           | 5:17            | 2                | 2:07  | 58  | 2:49  |
| Runde           | 2.00        | 10:15           | 5:07            | 10               | 1:23  | 41   | 2:57  | 4.00        | 20:51           | 5:12            | 19               | 3:30  | 105 | 3:07  |
| Runde           | 2.00        | 10:18           | 5:09            | 7                | 1:14  | 36   | 2:57  | 6.00        | 31:09           | 5:11            | 19               | 4:44  | 105 | 4:42  |
| Runde           | 2.00        | 10:17           | 5:08            | 5                | 1:07  | 32   | 2:58  | 8.00        | 41:26           | 5:10            | 19               | 5:51  | 105 | 6:11  |
| Leichtathletikh | 2.00        | 10:11           | 5:05            | 6                | 1:01  | 34   | 2:56  | 10.00       | 51:37           | 5:09            | 8                | 6:52  | 39  | 15:24 |