



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

evaluación detallada

Herzog, Claudia

Asociación: Berlinchen Ranch

Dorsal: 381

recorrido: 4.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelfranken

categoría:

Seniorinnen W30 (30-39 Jahre)

tiempo total: 19:12

velocidad: 12.50 km/h

rendimiento en carrera: 4:48 min/km

posición en el recorrido/Total: 105 (de 389)

posición en el recorrido/Women: 22 (de 140)

mejor tiempo del recorrido: 14:03

posición en la categoría: 3(de 20)

mejor tiempo en la categoría: 14:23

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	stage score			Total score							
				retraso categoría	posición Women	retraso Women	Total km	Total tiempo	Total min/km	posición categoría	retraso Women	posición Women		
Runde	2.00	9:48	4:54	3	2:49	28	2:49	2.00	9:48	4:54	17	24		
Leichtathletikhalle	2.00	9:24	4:42	2	2:00	18	2:20	4.00	19:12	4:47	3	4:49	22	5:09