



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

evaluación detallada

Boer, Jana

Asociación: Erfurt Nord Gymnastik

Dorsal: 99

recorrido: 4.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelfranken

categoría:

Seniorinnen W40 (40-49 Jahre)

tiempo total: 21:00

velocidad: 11.43 km/h

rendimiento en carrera: 5:15 min/km

posición en el recorrido/Total: 185 (de 389)

posición en el recorrido/Women: 40 (de 140)

mejor tiempo del recorrido: 14:03

posición en la categoría: 7(de 39)

mejor tiempo en la categoría: 15:39

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa min/km	stage score			Total score					
				posición categoría	retraso Women	retraso Women	Total km	Total tiempo	Total min/km	posición categoría	retraso Women	retraso Women
Runde	2.00	10:50	5:25	10	3:09	45	3:51	2.00	10:50	5:25	23	28
Leichtathletikhalle	2.00	10:10	5:04	8	2:12	35	3:06	4.00	21:00	5:15	7	5:21 40 6:57