



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

evaluación detallada

Cramer, Anja

Asociación: Erfurt

Dorsal: 135

recorrido: 4.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelfranken

categoría:

Seniorinnen W40 (40-49 Jahre)

tiempo total: 21:03

velocidad: 11.40 km/h

rendimiento en carrera: 5:16 min/km

posición en el recorrido/Total: 186 (de 389)

posición en el recorrido/Women: 41 (de 140)

mejor tiempo del recorrido: 14:03

posición en la categoría: 8(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 categoría	posición Women	retraso Women	Total km	Total tiempo	Total min/km	posición categoría	retraso Women	posición Women	retraso Women		
Runde	2.00	10:36	5:17	8	2:55	42	3:37	2.00	10:36	5:17	24	30				
Leichtathletikhalle	2.00	10:27	5:13	9	2:29	40	3:23	4.00	21:03	5:15	8	5:24	41	7:00		