



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

evaluación detallada

Heinze, Monika

Asociación: Blankenhain

Dorsal: 396

recorrido: 4.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelhünfe

categoría:

Seniorinnen W50 (50-59 Jahre)

tiempo total: 23:06

velocidad: 10.39 km/h

rendimiento en carrera: 5:47 min/km

posición en el recorrido/Total: 257 (de 389)

posición en el recorrido/Women: 60 (de 140)

mejor tiempo del recorrido: 14:03

posición en la categoría: 5(de 8)

mejor tiempo en la categoría: 19:10

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa min/km	posición retraso			Total							
				posición categoría	retraso categoría	Women	Total km	Total tiempo	Total min/km	posición categoría	retraso categoría	Women		
Runde	2.00	11:42	5:50	5	1:43	64	4:43	2.00	11:42	5:50	3	1:43	48	0:15
Leichtathletikhalle	2.00	11:24	5:42	5	2:13	60	4:20	4.00	23:06	5:46	5	3:56	60	9:03