



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

evaluación detallada

Nobis, Silke

Asociación: Maintal

Dorsal: 300

recorrido: 4.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelfranken

categoría:

Seniorinnen W40 (40-49 Jahre)

tiempo total: 24:54

velocidad: 9.64 km/h

rendimiento en carrera: 6:13 min/km

posición en el recorrido/Total: 322 (de 389)

posición en el recorrido/Women: 90 (de 140)

mejor tiempo del recorrido: 14:03

posición en la categoría: 26(de 39)

mejor tiempo en la categoría: 15:39

tiempos parciales

stage score

Total score

| control | etapa km | etapa tiempo | etapaposisió min/km | stage score | | | | Total score | | | | | | |
|---------------------|-------------|-----------------|------------------------|----------------------|----------------------|------------------|------------------|-------------|-----------------|-----------------|----------------------|------------------|------------------|-------|
| | | | | retraso categoría | retraso categoría | retraso Women | retraso Women | Total km | Total tiempo | Total min/km | retraso categoría | retraso Women | retraso Women | |
| Runde | 2.00 | 12:44 | 6:21 | 27 | 5:03 | 93 | 5:45 | 2.00 | 12:44 | 6:21 | 35 | 0:25 | 79 | 1:17 |
| Leichtathletikhalle | 2.00 | 12:10 | 6:04 | 23 | 4:12 | 86 | 5:06 | 4.00 | 24:54 | 6:13 | 26 | 9:15 | 90 | 10:51 |