



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

evaluación detallada

Gieland, Heike

Asociación: gesundundfit e.V.

Dorsal: 154

recorrido: 4.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelfranken

categoría:

Seniorinnen W40 (40-49 Jahre)

tiempo total: 25:52

velocidad: 9.28 km/h

rendimiento en carrera: 6:28 min/km

posición en el recorrido/Total: 341 (de 389)

posición en el recorrido/Women: 103 (de 140)

mejor tiempo del recorrido: 14:03

posición en la categoría: 30(de 39)

mejor tiempo en la categoría: 15:39

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	retraso			retraso			Total km	Total tiempo	Total min/km	retraso		
				Wome	Women	Wome	Women	Wome	Women						
Runde	2.00	12:36	6:17	25	4:55	84	5:37	2.00	12:36	6:17	37	0:17	80	1:09	
Leichtathletikh	2.00	13:16	6:38	31	5:18	108	6:12	4.00	25:52	6:28	30	10:13	103	11:49	