



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

evaluación detallada

Grüber, Manuela

Asociación: Erfurt

Dorsal: 298

recorrido: 4.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelfranken

categoría:

Seniorinnen W30 (30-39 Jahre)

tiempo total: 28:36

velocidad: 8.39 km/h

rendimiento en carrera: 7:09 min/km

posición en el recorrido/Total: 373 (de 389)

posición en el recorrido/Women: 126 (de 140)

mejor tiempo del recorrido: 14:03

posición en la categoría: 18(de 20)

mejor tiempo en la categoría: 14:23

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	stage score			Total score							
				retraso categoría	posición Women	retraso Women	Total km	Total tiempo	Total posición	retraso categoría	posición Women	retraso Women		
Runde	2.00	14:22	7:11	18	7:23	130	7:23	2.00	14:22	7:11	4	2:51	112	2:55
Leichtathletikhalle	2.00	14:14	7:06	17	6:50	121	7:10	4.00	28:36	7:09	18	14:13	126	14:33