



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

evaluación detallada

Sommerfeld, Sylvia

Asociación: Erfurt

Dorsal: 3

recorrido: 4.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelfranken

categoría:

Seniorinnen W30 (30-39 Jahre)

tiempo total: 22:48

velocidad: 10.53 km/h

rendimiento en carrera: 5:42 min/km

posición en el recorrido/Total: 250 (de 389)

posición en el recorrido/Women: 56 (de 140)

mejor tiempo del recorrido: 14:03

posición en la categoría: 5(de 20)

mejor tiempo en la categoría: 14:23

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	11:23	5:41	5	4:24	55	4:24	2.00	11:23	5:41	2	54			
Leichtathletikhalle	2.00	11:25	5:42	5	4:01	61	4:21	4.00	22:48	5:42	5	8:25	56	8:45	