



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

evaluación detallada

Stephan, Helen

Asociación: Erfurt

Dorsal: 1441

recorrido: 10.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

categoría:

Frauen (20-29 Jahre)

tiempo total: 1:00:50

velocidad: 9.86 km/h

rendimiento en carrera: 6:05 min/km

posición en el recorrido/Total: 574 (de 618)

posición en el recorrido/Women: 97 (de 118)

mejor tiempo del recorrido: 36:13

posición en la categoría: 15(de 18)

mejor tiempo en la categoría: 36:13

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 categoría | posición Women | retraso Women |
| Runde | 2.00 | 11:50 | 5:55 | 14 | 4:50 | 87 | 4:50 | 2.00 | 11:50 | 5:55 | 11 | 4:17 | 31 | 4:03 |
| Runde | 2.00 | 11:39 | 5:49 | 14 | 4:21 | 87 | 4:21 | 4.00 | 23:29 | 5:52 | 13 | 1:32 | 37 | 5:45 |
| Runde | 2.00 | 12:10 | 6:04 | 16 | 4:49 | 98 | 4:49 | 6.00 | 35:39 | 5:56 | 13 | 2:19 | 37 | 9:12 |
| Runde | 2.00 | 12:33 | 6:16 | 15 | 5:14 | 99 | 5:14 | 8.00 | 48:12 | 6:01 | 12 | 3:09 | 37 | 12:57 |
| Leichtathletikhalle | 2.00 | 12:38 | 6:18 | 15 | 5:23 | 104 | 5:23 | 10.00 | 1:00:50 | 6:05 | 15 | 24:37 | 97 | 24:37 |