



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

evaluación detallada

Sonntag, Silke

Asociación: Arnstadt

Dorsal: 1713

recorrido: 10.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

categoría:

Seniorinnen W40 (40-49 Jahre)

tiempo total: 53:51

velocidad: 11.14 km/h

rendimiento en carrera: 5:23 min/km

posición en el recorrido/Total: 446 (de 618)

posición en el recorrido/Women: 54 (de 118)

mejor tiempo del recorrido: 36:13

posición en la categoría: 17(de 40)

mejor tiempo en la categoría: 44:45

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa min/km	posición			retraso			Total km	Total tiempo	Total min/km	posición			retraso		
				posición	retraso	Wome	posición	retraso	Wome				posición	retraso	Wome			
Runde	2.00	10:31	5:15	12	2:02	43	3:31	2.00	10:31	5:15	35	2:02	40	2:44				
Runde	2.00	10:32	5:15	17	1:40	54	3:14	4.00	21:03	5:15	35	3:42	46	3:19				
Runde	2.00	10:52	5:26	18	1:48	55	3:31	6.00	31:55	5:19	35	5:30	46	5:28				
Runde	2.00	11:01	5:30	17	1:51	56	3:42	8.00	42:56	5:21	35	7:21	46	7:41				
Leichtathletikh	2.00	10:55	5:27	22	1:45	61	3:40	10.00	53:51	5:23	17	9:06	54	17:38				