



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

evaluación detallada

Janssen, Sylvia

Asociación: Tri-Team TV Schiefbahn

Dorsal: 65

recorrido: 4.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelfranken

categoría:

Seniorinnen W40 (40-49 Jahre)

tiempo total: 18:24

velocidad: 13.04 km/h

rendimiento en carrera: 4:36 min/km

posición en el recorrido/Total: 85 (de 389)

posición en el recorrido/Women: 17 (de 140)

mejor tiempo del recorrido: 14:03

posición en la categoría: 2(de 39)

mejor tiempo en la categoría: 15:39

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	8:59	4:29	2	1:18	18	2:00	2.00	8:59	4:29	30	18		
Leichtathletikhalle	2.00	9:25	4:42	2	1:27	19	2:21	4.00	18:24	4:35	2	2:45	17	4:21