



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

evaluación detallada

Haag, Heike

tiempo total: 54:50

Asociación: SV Wartburgstadt Eisenach Triathlon
Dorsal: 1065

velocidad: 10.94 km/h
rendimiento en carrera: 5:29 min/km

recorrido: 10.00 km

posición en el recorrido/Total: 476 (de 618)

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

posición en el recorrido/Women: 62 (de 118)

mejor tiempo del recorrido: 36:13

categoría:

posición en la categoría: 21(de 40)

Seniorinnen W40 (40-49 Jahre)

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 | | | |
|-----------------|-------------|-----------------|-----------------|------------------|-------|------|-------|-------------|-----------------|-----------------|------------------|-------|----|-------|
| | | | | Wome | Women | Wome | Women | | | | Wome | Women | | |
| Runde | 2.00 | 11:14 | 5:36 | 25 | 2:45 | 77 | 4:14 | 2.00 | 11:14 | 5:36 | 10 | 2:45 | 71 | 3:27 |
| Runde | 2.00 | 11:05 | 5:32 | 25 | 2:13 | 75 | 3:47 | 4.00 | 22:19 | 5:34 | 10 | 4:58 | 78 | 4:35 |
| Runde | 2.00 | 11:00 | 5:30 | 20 | 1:56 | 60 | 3:39 | 6.00 | 33:19 | 5:33 | 10 | 6:54 | 78 | 6:52 |
| Runde | 2.00 | 11:02 | 5:30 | 18 | 1:52 | 57 | 3:43 | 8.00 | 44:21 | 5:32 | 10 | 8:46 | 78 | 9:06 |
| Leichtathletikh | 2.00 | 10:29 | 5:14 | 12 | 1:19 | 45 | 3:14 | 10.00 | 54:50 | 5:29 | 21 | 10:05 | 62 | 18:37 |