



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

evaluación detallada

Streichardt, Ilona

Asociación: Erfurt

Dorsal: 1070

recorrido: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

categoría:

Seniorinnen W50 (50-59 Jahre)

tiempo total: 1:00:44

velocidad: 9.88 km/h

rendimiento en carrera: 6:04 min/km

posición en el recorrido/Total: 636 (de 686)

posición en el recorrido/Women: 119 (de 143)

mejor tiempo del recorrido: 35:30

posición en la categoría: 20(de 22)

mejor tiempo en la categoría: 39:41

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	12:03	6:01	19	4:04	104	5:07	2.00	12:03	6:01	6	0:39	52	5:07
Runde	2.00	12:08	6:03	21	4:17	128	5:01	4.00	24:11	6:02	6	2:01	95	10:08
Runde	2.00	12:14	6:06	20	4:19	126	5:04	6.00	36:25	6:04	6	3:22	121	15:12
Runde	2.00	12:15	6:07	19	4:15	117	5:02	8.00	48:40	6:04	6	4:51	121	20:14
Leichtathletikhalle	2.00	12:04	6:01	20	4:08	120	5:00	10.00	1:00:44	6:04	20	21:03	119	25:14