



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

evaluación detallada

ungelenk, ellen

Asociación: wandersleben

Dorsal: 1470

recorrido: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

categoría:

Seniorinnen W50 (50-59 Jahre)

tiempo total: 1:00:24

velocidad: 9.93 km/h

rendimiento en carrera: 6:02 min/km

posición en el recorrido/Total: 630 (de 686)

posición en el recorrido/Women: 117 (de 143)

mejor tiempo del recorrido: 35:30

posición en la categoría: 19(de 22)

mejor tiempo en la categoría: 39:41

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa	etapa	etapa	posició	retraso	posició	retraso	Total	Total	Total	posició	retraso	posició	retraso
	km	tiempo	min/km	categoría	categoría	Women	Women				categoría	categoría	Women	Women
Runde	2.00	11:50	5:55	18	3:51	93	4:54	2.00	11:50	5:55	5	0:26	54	4:54
Runde	2.00	12:22	6:11	22	4:31	130	5:15	4.00	24:12	6:02	5	2:02	107	10:09
Runde	2.00	12:19	6:09	21	4:24	127	5:09	6.00	36:31	6:05	5	3:28	123	15:18
Runde	2.00	12:16	6:08	20	4:16	119	5:03	8.00	48:47	6:05	5	4:58	123	20:21
Leichtathletikhalle	2.00	11:37	5:48	18	3:41	111	4:33	10.00	1:00:24	6:02	19	20:43	117	24:54