



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

evaluación detallada

Hartwich, Gudrun

Asociación: Erfurt Nord Gymnastik e.V.

Dorsal: 807

recorrido: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

categoría:

Seniorinnen W50 (50-59 Jahre)

tiempo total: 46:36

velocidad: 12.88 km/h

rendimiento en carrera: 4:40 min/km

posición en el recorrido/Total: 202 (de 686)

posición en el recorrido/Women: 18 (de 143)

mejor tiempo del recorrido: 35:30

posición en la categoría: 3(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	9:20	4:40	3	1:21	18	2:24	2.00	9:20	4:40	4		132	2:24
Runde	2.00	9:07	4:33	3	1:16	19	2:00	4.00	18:27	4:36	4		21	4:24
Runde	2.00	9:27	4:43	4	1:32	21	2:17	6.00	27:54	4:38	4		131	6:41
Runde	2.00	9:26	4:43	3	1:26	19	2:13	8.00	37:20	4:40	4		131	8:54
Leichtathletikhalle	2.00	9:16	4:38	3	1:20	20	2:12	10.00	46:36	4:39	3	6:55	18	11:06