



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

evaluación detallada

Linow, Michaela

Asociación: Erfurt

Dorsal: 505

recorrido: 4.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelfranken

categoría:

Seniorinnen W30 (30-39 Jahre)

tiempo total: 20:40

velocidad: 11.61 km/h

rendimiento en carrera: 5:10 min/km

posición en el recorrido/Total: 192 (de 477)

posición en el recorrido/Women: 37 (de 162)

mejor tiempo del recorrido: 14:18

posición en la categoría: 2 (de 21)

mejor tiempo en la categoría: 19:35

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	10:36	5:17	3	0:45	45	3:34	2.00	10:36	5:17	12	23	3:28	
Leichtathletikhalle	2.00	10:04	5:01	3	0:20	37	2:48	4.00	20:40	5:10	2	1:05	38	6:22