



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

evaluación detallada

Widder, Michaela

Asociación: SV Arnstadt 02

Dorsal: 536

recorrido: 4.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelhünge

categoría:

Seniorinnen W30 (30-39 Jahre)

tiempo total: 23:58

velocidad: 10.01 km/h

rendimiento en carrera: 5:59 min/km

posición en el recorrido/Total: 374 (de 477)

posición en el recorrido/Women: 106 (de 162)

mejor tiempo del recorrido: 14:18

posición en la categoría: 14(de 21)

mejor tiempo en la categoría: 19:35

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			
				categoría	categoría	Women				categoría	categoría	Women	
Runde	2.00	12:24	6:12	14	2:33	114	2.00	12:24	6:12	1	-	44	5:16
Leichtathletikhalle	2.00	11:34	5:46	14	1:50	101	4.00	23:58	5:59	14	4:23	107	9:40