



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

evaluación detallada

Jörg, Kathleen

Asociación: SV Empor Bad Langensalza

Dorsal: 482

recorrido: 4.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelhünfe

categoría:

Seniorinnen W40 (40-49 Jahre)

tiempo total: 21:43

velocidad: 11.05 km/h

rendimiento en carrera: 5:26 min/km

posición en el recorrido/Total: 256 (de 477)

posición en el recorrido/Women: 56 (de 162)

mejor tiempo del recorrido: 14:18

posición en la categoría: 8(de 37)

mejor tiempo en la categoría: 19:05

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa min/km	posición retraso			Total							
				posición categoría	retraso categoría	Women	Total km	Total tiempo	Total min/km	posición categoría	retraso categoría	Women		
Runde	2.00	10:43	5:21	5	1:16	47	3:41	2.00	10:43	5:21	30	59	3:35	
Leichtathletikhalle	2.00	11:00	5:30	14	1:31	67	3:44	4.00	21:43	5:25	8	2:38	57	7:25