



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

evaluación detallada

Frischknecht, Yvonne

Asociación: Sömmerda

Dorsal: 598

recorrido: 4.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelhünigen

categoría:

Seniorinnen W40 (40-49 Jahre)

tiempo total: 24:50

velocidad: 9.66 km/h

rendimiento en carrera: 6:13 min/km

posición en el recorrido/Total: 405 (de 477)

posición en el recorrido/Women: 117 (de 162)

mejor tiempo del recorrido: 14:18

posición en la categoría: 26(de 37)

mejor tiempo en la categoría: 19:05

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	retraso		retraso		Total km	Total tiempo	Total min/km	retraso		retraso	
				Wome	Women	Wome	Women				Wome	Women		
Runde	2.00	14:05	7:02	35	4:38	154	7:03	2.00	14:05	7:02	32	0:29	68	6:57
Leichtathletikh	2.00	10:45	5:22	9	1:16	59	3:29	4.00	24:50	6:12	26	5:45	118	10:32