



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

evaluación detallada

Maar, Selina

Asociación: Ilmtal

Dorsal: 546

recorrido: 4.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelhungen

categoría:

Seniorinnen W30 (30-39 Jahre)

tiempo total: 24:14

velocidad: 9.90 km/h

rendimiento en carrera: 6:04 min/km

posición en el recorrido/Total: 387 (de 477)

posición en el recorrido/Women: 111 (de 162)

mejor tiempo del recorrido: 14:18

posición en la categoría: 15(de 21)

mejor tiempo en la categoría: 19:35

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	categor	categor	Wome	Women				categor	categor	Wome	Women
Runde	2.00	12:14	6:06	13	2:23	110	5:12	2.00	12:14	6:06	13		83	5:06
Leichtathletikh	2.00	12:00	6:00	16	2:16	112	4:44	4.00	24:14	6:03	15	4:39	112	9:56