



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

evaluación detallada

Krieg, Heike

Asociación: ErfurtNordGymnastik

Dorsal: 362

recorrido: 4.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelfranken

categoría:

Seniorinnen W50 (50-59 Jahre)

tiempo total: 22:48

velocidad: 10.53 km/h

rendimiento en carrera: 5:42 min/km

posición en el recorrido/Total: 316 (de 477)

posición en el recorrido/Women: 78 (de 162)

mejor tiempo del recorrido: 14:18

posición en la categoría: 6(de 14)

mejor tiempo en la categoría: 20:18

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	retraso			Total km	Total tiempo	Total min/km	retraso			
				posición categoría	retraso Women	posición Women				posición categoría	retraso Women	posición Women	
Runde	2.00	11:42	5:50	8	1:24	87	2.00	11:42	5:50	5	1:24	53	4:34
Leichtathletikhalle	2.00	11:06	5:32	5	1:07	78	4.00	22:48	5:42	6	2:30	79	8:30