



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

evaluación detallada

Fritsch, Manuela

Asociación: Laufgruppe LRA

Dorsal: 551

recorrido: 4.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelfranken

categoría:

Seniorinnen W40 (40-49 Jahre)

tiempo total: 23:13

velocidad: 10.34 km/h

rendimiento en carrera: 5:48 min/km

posición en el recorrido/Total: 347 (de 477)

posición en el recorrido/Women: 94 (de 162)

mejor tiempo del recorrido: 14:18

posición en la categoría: 18(de 37)

mejor tiempo en la categoría: 19:05

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa min/km	stage score			Total score							
				posición categoría	retraso categoría	posición Women	retraso Women	Total km	Total tiempo	Total min/km	posición categoría	retraso categoría	posición Women	retraso Women
Runde	2.00	11:43	5:51	16	2:16	91	4:41	2.00	11:43	5:51	8	109	4:35	
Leichtathletikhalle	2.00	11:30	5:45	22	2:01	97	4:14	4.00	23:13	5:48	18	4:08	95	8:55