



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

evaluación detallada

Hinze, Ines

Asociación: Ostbevern

Dorsal: 180

recorrido: 4.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelfranken

categoría:

Seniorinnen W40 (40-49 Jahre)

tiempo total: 22:58

velocidad: 10.45 km/h

rendimiento en carrera: 5:44 min/km

posición en el recorrido/Total: 327 (de 477)

posición en el recorrido/Women: 85 (de 162)

mejor tiempo del recorrido: 14:18

posición en la categoría: 16(de 37)

mejor tiempo en la categoría: 19:05

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	stage score				Total score					
				retraso categoría	retraso categoría	posició Women	retraso Women	Total km	Total tiempo	Total min/km	posició categoría	retraso categoría	posició Women
Runde	2.00	11:57	5:58	21	2:30	101	4:55	2.00	11:57	5:58	12	128	4:49
Leichtathletikhalle	2.00	11:01	5:30	15	1:32	70	3:45	4.00	22:58	5:44	16	86	8:40