



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

evaluación detallada

Robe, Karoline

Asociación: LFV Oberholz - lauftraining.com

Dorsal: 1128

recorrido: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

categoría:

Frauen (20-29 Jahre)

tiempo total: 38:07

velocidad: 15.74 km/h

rendimiento en carrera: 3:49 min/km

posición en el recorrido/Total: 28 (de 686)

posición en el recorrido/Women: 4 (de 143)

mejor tiempo del recorrido: 35:30

posición en la categoría: 4(de 31)

mejor tiempo en la categoría: 35:30

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	categoría	categoría	Women	Women				categoría	categoría	Women	Women
Runde	2.00	7:28	3:44	4	0:32	5	0:32	2.00	7:28	3:44	30		3	0:32
Runde	2.00	7:40	3:50	4	0:33	4	0:33	4.00	15:08	3:46	30		3	1:05
Runde	2.00	7:42	3:51	4	0:32	4	0:32	6.00	22:50	3:48	28		3	1:37
Runde	2.00	7:43	3:51	4	0:30	4	0:30	8.00	30:33	3:49	28		3	2:07
Leichtathletikhalle	2.00	7:34	3:46	4	0:30	4	0:30	10.00	38:07	3:48	4	2:37	4	2:37