



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

evaluación detallada

Debertshäuser, Steffi

Asociación: Sv-Sömmerda

Dorsal: 1037

recorrido: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

categoría:

Seniorinnen W40 (40-49 Jahre)

tiempo total: 44:06

velocidad: 13.61 km/h

rendimiento en carrera: 4:25 min/km

posición en el recorrido/Total: 123 (de 686)

posición en el recorrido/Women: 10 (de 143)

mejor tiempo del recorrido: 35:30

posición en la categoría: 1(de 49)

mejor tiempo en la categoría: 44:06

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	8:56	4:28	2	0:18	15	2:00	2.00	8:56	4:28	38		10	2:00
Runde	2.00	8:43	4:21	1	-	10	1:36	4.00	17:39	4:24	38		10	3:36
Runde	2.00	8:42	4:20	1	-	11	1:32	6.00	26:21	4:23	38		10	5:08
Runde	2.00	8:55	4:27	1	-	11	1:42	8.00	35:16	4:24	38		10	6:50
Leichtathletikhalle	2.00	8:50	4:25	1	-	12	1:46	10.00	44:06	4:24	1	-	10	8:36