



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

evaluación detallada

Müller, Heike

Asociación: Bad Berka / Bergern

Dorsal: 1178

recorrido: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

categoría:

Seniorinnen W40 (40-49 Jahre)

tiempo total: 52:22

velocidad: 11.46 km/h

rendimiento en carrera: 5:14 min/km

posición en el recorrido/Total: 424 (de 686)

posición en el recorrido/Women: 53 (de 143)

mejor tiempo del recorrido: 35:30

posición en la categoría: 16(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	11:29	5:44	29	2:51	80	4:33	2.00	11:29	5:44	31	0:13	27	4:33
Runde	2.00	10:13	5:06	12	1:30	50	3:06	4.00	21:42	5:25	31		27	7:39
Runde	2.00	10:15	5:07	10	1:33	48	3:05	6.00	31:57	5:19	31		27	10:44
Runde	2.00	10:17	5:08	11	1:22	43	3:04	8.00	42:14	5:16	31		27	13:48
Leichtathletikhalle	2.00	10:08	5:03	10	1:18	43	3:04	10.00	52:22	5:14	16	8:16	53	16:52