



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

evaluación detallada

Pohl, Bianka

Asociación: Frankfurt

Dorsal: 556

recorrido: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

categoría:

Seniorinnen W30 (30-39 Jahre)

tiempo total: 55:25

velocidad: 10.83 km/h

rendimiento en carrera: 5:32 min/km

posición en el recorrido/Total: 531 (de 686)

posición en el recorrido/Women: 79 (de 143)

mejor tiempo del recorrido: 35:30

posición en la categoría: 17(de 32)

mejor tiempo en la categoría: 40:27

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	stage score				Total score						
				retraso categoría	retraso categoría	retraso Women	retraso Women	Total km	Total tiempo	Total min/km	retraso categoría	retraso categoría	retraso Women	retraso Women
Runde	2.00	10:59	5:29	10	3:46	58	4:03	2.00	10:59	5:29	21	33	4:03	
Runde	2.00	10:33	5:16	14	2:38	63	3:26	4.00	21:32	5:23	21	33	7:29	
Runde	2.00	11:00	5:30	18	2:46	82	3:50	6.00	32:32	5:25	21	33	11:19	
Runde	2.00	11:21	5:40	19	2:49	86	4:08	8.00	43:53	5:29	20	33	15:27	
Leichtathletikhalle	2.00	11:32	5:46	25	3:03	105	4:28	10.00	55:25	5:32	17	14:58	79	19:55