



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

evaluación detallada

Seidel, Katrin

Asociación: Leipzig

Dorsal: 1200

recorrido: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

categoría:

Seniorinnen W30 (30-39 Jahre)

tiempo total: 55:29

velocidad: 10.81 km/h

rendimiento en carrera: 5:33 min/km

posición en el recorrido/Total: 533 (de 686)

posición en el recorrido/Women: 81 (de 143)

mejor tiempo del recorrido: 35:30

posición en la categoría: 19(de 32)

mejor tiempo en la categoría: 40:27

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa min/km	stage score				Total score						
				posición categoría	retraso categoría	posición Women	retraso Women	Total km	Total tiempo	Total min/km	posición categoría	retraso categoría	posición Women	retraso Women
Runde	2.00	11:12	5:35	15	3:59	70	4:16	2.00	11:12	5:35	20	48	4:16	
Runde	2.00	10:53	5:26	19	2:58	81	3:46	4.00	22:05	5:31	20	48	8:02	
Runde	2.00	10:59	5:29	17	2:45	81	3:49	6.00	33:04	5:30	20	48	11:51	
Runde	2.00	11:13	5:36	17	2:41	78	4:00	8.00	44:17	5:32	19	48	15:51	
Leichtathletikhalle	2.00	11:12	5:35	17	2:43	86	4:08	10.00	55:29	5:32	19	15:02	81	19:59