



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

evaluación detallada

Heckel, Antje

Asociación: Bienstädt

Dorsal: 1188

recorrido: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

categoría:

Seniorinnen W40 (40-49 Jahre)

tiempo total: 1:00:48

velocidad: 9.87 km/h

rendimiento en carrera: 6:05 min/km

posición en el recorrido/Total: 638 (de 686)

posición en el recorrido/Women: 121 (de 143)

mejor tiempo del recorrido: 35:30

posición en la categoría: 40(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	11:58	5:59	30	3:20	102	5:02	2.00	11:58	5:59	5	0:42	39	5:02
Runde	2.00	11:50	5:55	39	3:07	119	4:43	4.00	23:48	5:57	5	1:52	60	9:45
Runde	2.00	12:19	6:09	44	3:37	127	5:09	6.00	36:07	6:01	5	3:17	89	14:54
Runde	2.00	12:28	6:14	44	3:33	125	5:15	8.00	48:35	6:04	5	4:28	89	20:09
Leichtathletikhalle	2.00	12:13	6:06	42	3:23	127	5:09	10.00	1:00:48	6:04	40	16:42	121	25:18