



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

evaluación detallada

franke, heike

Asociación: sc-impuls

Dorsal: 1081

recorrido: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

categoría:

Seniorinnen W50 (50-59 Jahre)

tiempo total: 56:19

velocidad: 10.65 km/h

rendimiento en carrera: 5:38 min/km

posición en el recorrido/Total: 553 (de 686)

posición en el recorrido/Women: 86 (de 143)

mejor tiempo del recorrido: 35:30

posición en la categoría: 15(de 22)

mejor tiempo en la categoría: 39:41

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 | 11:09 | 5:34 | 12 | 3:10 | 69 | 4:13 | 2.00 | 11:09 | 5:34 | 10 | | 100 | 4:13 |
| Runde | 2.00 | 11:01 | 5:30 | 16 | 3:10 | 86 | 3:54 | 4.00 | 22:10 | 5:32 | 1 | - | 87 | 8:07 |
| Runde | 2.00 | 11:13 | 5:36 | 16 | 3:18 | 89 | 4:03 | 6.00 | 33:23 | 5:33 | 10 | 0:20 | 100 | 12:10 |
| Runde | 2.00 | 11:24 | 5:42 | 15 | 3:24 | 88 | 4:11 | 8.00 | 44:47 | 5:35 | 10 | 0:58 | 100 | 16:21 |
| Leichtathletikhalle | 2.00 | 11:32 | 5:46 | 17 | 3:36 | 105 | 4:28 | 10.00 | 56:19 | 5:37 | 15 | 16:38 | 86 | 20:49 |