



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

evaluación detallada

Scheller, Ulrike

Asociación: Weimar

Dorsal: 999

recorrido: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

categoría:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

tiempo total: 54:09

velocidad: 11.08 km/h

rendimiento en carrera: 5:25 min/km

posición en el recorrido/Total: 491 (de 686)

posición en el recorrido/Men: 426 (de 543)

mejor tiempo del recorrido: 29:39

posición en la categoría: 113(de 136)

mejor tiempo en la categoría: 32:18

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	stage score			Total score							
				retraso	posición	retraso	Total km	Total tiempo	Total posición	retraso	posición	retraso		
			retraso	posición	retraso				retraso	posición	retraso			
Runde	2.00	9:40	4:49	59	3:15	208	3:38	2.00	9:40	4:49	122	3:15	232	3:38
Runde	2.00	10:31	5:15	113	3:59	416	4:34	4.00	20:11	5:02	67	7:14	242	8:12
Runde	2.00	11:12	5:35	124	4:32	466	5:17	6.00	31:23	5:13	121	11:46	312	13:29
Runde	2.00	11:44	5:51	127	5:16	487	5:49	8.00	43:07	5:23	121	17:02	283	19:18
Leichtathletikh	2.00	11:02	5:30	118	4:49	452	5:12	10.00	54:09	5:24	113	21:51	426	24:30