



# 40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

## evaluación detallada

**Hesse, Heike**

Asociación: Alpenstedt

Dorsal: 1555

recorrido: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

categoría:

Seniorinnen W40 (40-49 Jahre)

tiempo total: 1:07:55

velocidad: 8.83 km/h

rendimiento en carrera: 6:47 min/km

posición en el recorrido/Total: 669 (de 686)

posición en el recorrido/Women: 138 (de 143)

mejor tiempo del recorrido: 35:30

posición en la categoría: 47(de 49)

mejor tiempo en la categoría: 44:06

### 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 Women	retraso Women	
Runde	2.00	14:17	7:08	49	5:39	143	7:21	2.00	14:17	7:08	19	3:01	123	7:21
Runde	2.00	13:39	6:49	49	4:56	143	6:32	4.00	27:56	6:59	19	6:00	123	13:53
Runde	2.00	13:20	6:40	48	4:38	138	6:10	6.00	41:16	6:52	19	8:26	122	20:03
Runde	2.00	13:29	6:44	48	4:34	138	6:16	8.00	54:45	6:50	19	10:38	122	26:19
Leichtathletikh	2.00	13:10	6:34	45	4:20	136	6:06	10.00	1:07:55	6:47	47	23:49	138	32:25