



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

evaluación detallada

Lory, Ariane

Asociación: Brown Nuggets

Dorsal: 1408

recorrido: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

categoría:

Seniorinnen W40 (40-49 Jahre)

tiempo total: 1:02:18

velocidad: 9.63 km/h

rendimiento en carrera: 6:14 min/km

posición en el recorrido/Total: 648 (de 686)

posición en el recorrido/Women: 127 (de 143)

mejor tiempo del recorrido: 35:30

posición en la categoría: 43(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 | 13:05 | 6:32 | 44 | 4:27 | 132 | 6:09 | 2.00 | 13:05 | 6:32 | 21 | 1:49 | 55 | 6:09 |
| Runde | 2.00 | 12:09 | 6:04 | 44 | 3:26 | 129 | 5:02 | 4.00 | 25:14 | 6:18 | 21 | 3:18 | 128 | 11:11 |
| Runde | 2.00 | 12:03 | 6:01 | 40 | 3:21 | 117 | 4:53 | 6.00 | 37:17 | 6:12 | 21 | 4:27 | 127 | 16:04 |
| Runde | 2.00 | 12:26 | 6:13 | 41 | 3:31 | 122 | 5:13 | 8.00 | 49:43 | 6:12 | 21 | 5:36 | 127 | 21:17 |
| Leichtathletikhalle | 2.00 | 12:35 | 6:17 | 44 | 3:45 | 131 | 5:31 | 10.00 | 1:02:18 | 6:13 | 43 | 18:12 | 127 | 26:48 |