



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

evaluación detallada

Seydel, Adina

Asociación: Hermsdorfer Sportclub

Dorsal: 1452

recorrido: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

categoría:

Frauen (20-29 Jahre)

tiempo total: 55:33

velocidad: 10.80 km/h

rendimiento en carrera: 5:34 min/km

posición en el recorrido/Total: 534 (de 686)

posición en el recorrido/Women: 82 (de 143)

mejor tiempo del recorrido: 35:30

posición en la categoría: 17(de 31)

mejor tiempo en la categoría: 35:30

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa min/km	stage score				Total score					
				posición categoría	retraso categoría	posición Women	retraso Women	Total km	Total tiempo	Total min/km	posición categoría	retraso categoría	posición Women
Runde	2.00	11:52	5:56	22	4:56	96	4:56	2.00	11:52	5:56	6	103	4:56
Runde	2.00	11:00	5:30	19	3:53	85	3:53	4.00	22:52	5:43	6	134	8:49
Runde	2.00	10:50	5:25	17	3:40	71	3:40	6.00	33:42	5:37	5	133	12:29
Runde	2.00	11:05	5:32	17	3:52	74	3:52	8.00	44:47	5:35	5	100	16:21
Leichtathletikhalle	2.00	10:46	5:23	18	3:42	70	3:42	10.00	55:33	5:33	17	82	20:03