



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

evaluación detallada

Niodus, Martina

Asociación: Erfurt

Dorsal: 587

recorrido: 4.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelhünge

categoría:

Seniorinnen W40 (40-49 Jahre)

tiempo total: 20:55

velocidad: 11.47 km/h

rendimiento en carrera: 5:14 min/km

posición en el recorrido/Total: 205 (de 477)

posición en el recorrido/Women: 42 (de 162)

mejor tiempo del recorrido: 14:18

posición en la categoría: 5 (de 37)

mejor tiempo en la categoría: 19:05

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	retraso Women
Runde	2.00	10:55	5:27	7	1:28	54	3:53	2.00	10:55	5:27	23	27	3:47	
Leichtathletikhalle	2.00	10:00	5:00	4	0:31	36	2:44	4.00	20:55	5:13	5	1:50	43	6:37