



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

evaluación detallada

Herz, Julia

Asociación: Erfurt

Dorsal: 259

recorrido: 4.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelfranken

categoría:

Seniorinnen W30 (30-39 Jahre)

tiempo total: 22:30

velocidad: 10.67 km/h

rendimiento en carrera: 5:37 min/km

posición en el recorrido/Total: 301 (de 477)

posición en el recorrido/Women: 73 (de 162)

mejor tiempo del recorrido: 14:18

posición en la categoría: 8(de 21)

mejor tiempo en la categoría: 19:35

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	stage score				Total score						
				retraso categoría	retraso categoría	posició Women	retraso Women	Total km	Total tiempo	Total min/km	posició categoría	retraso categoría	posició Women	retraso Women
Runde	2.00	11:30	5:45	10	1:39	79	4:28	2.00	11:30	5:45	19	40	4:22	
Leichtathletikhalle	2.00	11:00	5:30	7	1:16	67	3:44	4.00	22:30	5:37	8	2:55	74	8:12