



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

evaluación detallada

Waschkowski, Rita

Asociación: Marineclub Gotha

Dorsal: 273

recorrido: 4.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelhünigen

categoría:

Seniorinnen W50 (50-59 Jahre)

tiempo total: 23:10

velocidad: 10.36 km/h

rendimiento en carrera: 5:47 min/km

posición en el recorrido/Total: 343 (de 477)

posición en el recorrido/Women: 91 (de 162)

mejor tiempo del recorrido: 14:18

posición en la categoría: 8(de 14)

mejor tiempo en la categoría: 20:18

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 | 11:23 | 5:41 | 5 | 1:05 | 72 | 4:21 | 2.00 | 11:23 | 5:41 | 2 | 1:05 | 42 | 4:15 |
| Leichtathletikhalle | 2.00 | 11:47 | 5:53 | 8 | 1:48 | 106 | 4:31 | 4.00 | 23:10 | 5:47 | 8 | 2:52 | 92 | 8:52 |