



# 40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

## evaluación detallada

**Maar, Selina**

Asociación: Ilmtal

Dorsal: 546

recorrido: 4.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelfranken

categoría:

Seniorinnen W30 (30-39 Jahre)

tiempo total: 24:14

velocidad: 9.90 km/h

rendimiento en carrera: 6:04 min/km

posición en el recorrido/Total: 387 (de 477)

posición en el recorrido/Women: 111 (de 162)

mejor tiempo del recorrido: 14:18

posición en la categoría: 15(de 21)

mejor tiempo en la categoría: 19:35

### tiempos parciales

### stage score

### Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	retraso			retraso			Total km	Total tiempo	Total min/km	retraso		
				Wome	Women	Wome	Women	Wome	Women						
Runde	2.00	12:14	6:06	13	2:23	110	5:12		2.00	12:14	6:06	13	83	5:06	
Leichtathletikh	2.00	12:00	6:00	16	2:16	112	4:44		4.00	24:14	6:03	15	4:39	112	9:56