



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

evaluación detallada

Rasche, Rosalinde

Asociación: Erfurt

Dorsal: 340

recorrido: 4.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelfranken

categoría:

Seniorinnen W50 (50-59 Jahre)

tiempo total: 25:22

velocidad: 9.46 km/h

rendimiento en carrera: 6:20 min/km

posición en el recorrido/Total: 417 (de 477)

posición en el recorrido/Women: 125 (de 162)

mejor tiempo del recorrido: 14:18

posición en la categoría: 10(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	12:12	6:05	10	1:54	108	5:10	2.00	12:12	6:05	7	1:54	91	5:04
Leichtathletikhalle	2.00	13:10	6:34	10	3:11	136	5:54	4.00	25:22	6:20	10	5:04	126	11:04