



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

evaluación detallada

Rißmann, Ute

Asociación: Erfurt

Dorsal: 68

recorrido: 4.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelfranken

categoría:

Seniorinnen W40 (40-49 Jahre)

tiempo total: 22:56

velocidad: 10.47 km/h

rendimiento en carrera: 5:44 min/km

posición en el recorrido/Total: 323 (de 477)

posición en el recorrido/Women: 82 (de 162)

mejor tiempo del recorrido: 14:18

posición en la categoría: 15(de 37)

mejor tiempo en la categoría: 19:05

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa min/km	posición		retraso		Total km	Total tiempo	Total min/km	posición		retraso	
				categoria	Women	categoria	Women				categoria	Women		
Runde	2.00	11:39	5:49	14	2:12	85	4:37	2.00	11:39	5:49	6	63	4:31	
Leichtathletikhalle	2.00	11:17	5:38	18	1:48	83	4:01	4.00	22:56	5:44	15	3:51	83	8:38