



# 40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

## evaluación detallada

**Zebunke, Friederike**

Asociación: ESC Erfurt

Dorsal: 213

recorrido: 4.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelfranken

categoría:

weibliche Jugend U14 (12-13 Jahre)

tiempo total: 28:50

velocidad: 8.32 km/h

rendimiento en carrera: 7:13 min/km

posición en el recorrido/Total: 470 (de 477)

posición en el recorrido/Women: 156 (de 162)

mejor tiempo del recorrido: 14:18

posición en la categoría: 25(de 26)

mejor tiempo en la categoría: 16:41

### tiempos parciales

### stage score

### Total score

| control             | etapa<br>km | etapa<br>tiempo | etapa<br>min/km | posición  |       | retraso   |       | Total<br>km | Total<br>tiempo | Total<br>min/km | posición  |       | retraso |       |
|---------------------|-------------|-----------------|-----------------|-----------|-------|-----------|-------|-------------|-----------------|-----------------|-----------|-------|---------|-------|
|                     |             |                 |                 | categoria | Women | categoria | Women |             |                 |                 | categoria | Women |         |       |
| Runde               | 2.00        | 13:54           | 6:57            | 26        | 5:43  | 152       | 6:52  | 2.00        | 13:54           | 6:57            | 11        | 1:43  | 123     | 6:46  |
| Leichtathletikhalle | 2.00        | 14:56           | 7:28            | 24        | 6:39  | 155       | 7:40  | 4.00        | 28:50           | 7:12            | 25        | 12:09 | 157     | 14:32 |