



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

evaluación detallada

Güsewell, Grit

Asociación: Weimar

Dorsal: 235

recorrido: 4.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelfranken

categoría:

Seniorinnen W40 (40-49 Jahre)

tiempo total: 19:58

velocidad: 12.02 km/h

rendimiento en carrera: 4:59 min/km

posición en el recorrido/Total: 165 (de 477)

posición en el recorrido/Women: 32 (de 162)

mejor tiempo del recorrido: 14:18

posición en la categoría: 3(de 37)

mejor tiempo en la categoría: 19:05

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 Women	posición Women	retraso Women
Runde	2.00	10:02	5:00	3	0:35	35	3:00	2.00	10:02	5:00	13		136	2:54
Leichtathletikhalle	2.00	9:56	4:58	3	0:27	34	2:40	4.00	19:58	4:59	3	0:53	33	5:40