



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

evaluación detallada

Holz, Andrea

Asociación: Weimar

Dorsal: 1393

recorrido: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

categoría:

Seniorinnen W50 (50-59 Jahre)

tiempo total: 53:12

velocidad: 11.28 km/h

rendimiento en carrera: 5:19 min/km

posición en el recorrido/Total: 455 (de 686)

posición en el recorrido/Women: 57 (de 143)

mejor tiempo del recorrido: 35:30

posición en la categoría: 9(de 22)

mejor tiempo en la categoría: 39:41

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	10:47	5:23	8	2:48	51	3:51	2.00	10:47	5:23	14	30	3:51	
Runde	2.00	10:52	5:26	15	3:01	80	3:45	4.00	21:39	5:24	19	30	7:36	
Runde	2.00	10:49	5:24	9	2:54	67	3:39	6.00	32:28	5:24	19	30	11:15	
Runde	2.00	10:36	5:17	7	2:36	55	3:23	8.00	43:04	5:23	19	30	14:38	
Leichtathletikhalle	2.00	10:08	5:03	6	2:12	43	3:04	10.00	53:12	5:19	9	13:31	57	17:42