



# 40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

## evaluación detallada

**Haag, Heike**

Asociación: SV Wartburgstadt Triathlon

Dorsal: 1612

recorrido: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

categoría:

Seniorinnen W40 (40-49 Jahre)

tiempo total: 53:55

velocidad: 11.13 km/h

rendimiento en carrera: 5:23 min/km

posición en el recorrido/Total: 482 (de 686)

posición en el recorrido/Women: 64 (de 143)

mejor tiempo del recorrido: 35:30

posición en la categoría: 22(de 49)

mejor tiempo en la categoría: 44:06

### tiempos parciales

### stage score

### Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	stage score				Total score						
				retraso categoría	retraso categoría	posició Women	retraso Women	Total km	Total tiempo	Total min/km	posició categoría	retraso categoría	posició Women	retraso Women
Runde	2.00	11:04	5:31	22	2:26	63	4:08	2.00	11:04	5:31	36	40	4:08	
Runde	2.00	10:42	5:20	25	1:59	74	3:35	4.00	21:46	5:26	36	40	7:43	
Runde	2.00	10:53	5:26	25	2:11	73	3:43	6.00	32:39	5:26	36	40	11:26	
Runde	2.00	10:53	5:26	20	1:58	65	3:40	8.00	43:32	5:26	36	40	15:06	
Leichtathletikh	2.00	10:23	5:11	18	1:33	56	3:19	10.00	53:55	5:23	22	9:49	64	18:25