



# 40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

## evaluación detallada

**Uhlig, Simone**

Asociación: Erfurt

Dorsal: 1038

recorrido: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

categoría:

Seniorinnen W40 (40-49 Jahre)

tiempo total: 53:20

velocidad: 11.25 km/h

rendimiento en carrera: 5:20 min/km

posición en el recorrido/Total: 462 (de 686)

posición en el recorrido/Women: 59 (de 143)

mejor tiempo del recorrido: 35:30

posición en la categoría: 19(de 49)

mejor tiempo en la categoría: 44:06

### tiempos parciales

### stage score

### Total score

| control             | etapa<br>km | etapa<br>tiempo | etapaposisió<br>min/km | stage score          |                      |                  |                  | Total score |                 |                 |                      |                  |                  |       |
|---------------------|-------------|-----------------|------------------------|----------------------|----------------------|------------------|------------------|-------------|-----------------|-----------------|----------------------|------------------|------------------|-------|
|                     |             |                 |                        | retraso<br>categoría | retraso<br>categoría | retraso<br>Women | retraso<br>Women | Total<br>km | Total<br>tiempo | Total<br>min/km | retraso<br>categoría | retraso<br>Women | retraso<br>Women |       |
| Runde               | 2.00        | 11:28           | 5:44                   | 28                   | 2:50                 | 79               | 4:32             | 2.00        | 11:28           | 5:44            | 37                   | 0:12             | 41               | 4:32  |
| Runde               | 2.00        | 10:35           | 5:17                   | 21                   | 1:52                 | 65               | 3:28             | 4.00        | 22:03           | 5:30            | 37                   | 0:07             | 41               | 8:00  |
| Runde               | 2.00        | 10:35           | 5:17                   | 18                   | 1:53                 | 59               | 3:25             | 6.00        | 32:38           | 5:26            | 37                   |                  | 41               | 11:25 |
| Runde               | 2.00        | 10:32           | 5:15                   | 14                   | 1:37                 | 50               | 3:19             | 8.00        | 43:10           | 5:23            | 37                   |                  | 41               | 14:44 |
| Leichtathletikhalle | 2.00        | 10:10           | 5:04                   | 11                   | 1:20                 | 46               | 3:06             | 10.00       | 53:20           | 5:20            | 19                   | 9:14             | 59               | 17:50 |