



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

evaluación detallada

Stephan, Helen

Asociación: Erfurt

Dorsal: 1173

recorrido: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

categoría:

Frauen (20-29 Jahre)

tiempo total: 58:11

velocidad: 10.31 km/h

rendimiento en carrera: 5:49 min/km

posición en el recorrido/Total: 593 (de 686)

posición en el recorrido/Women: 100 (de 143)

mejor tiempo del recorrido: 35:30

posición en la categoría: 21(de 31)

mejor tiempo en la categoría: 35:30

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa min/km	stage score		Total score								
				posición categoría	retraso Women	Total km	Total tiempo	Total min/km	posición categoría	retraso Women				
Runde	2.00	12:18	6:09	24	5:22	114	5:22	2.00	12:18	6:09	1	-	67	5:22
Runde	2.00	11:28	5:44	22	4:21	101	4:21	4.00	23:46	5:56	1	-	67	9:43
Runde	2.00	11:20	5:40	21	4:10	94	4:10	6.00	35:06	5:51	15	4:59	67	13:53
Runde	2.00	11:35	5:47	20	4:22	95	4:22	8.00	46:41	5:50	15	5:31	67	18:15
Leichtathletikhalle	2.00	11:30	5:45	23	4:26	102	4:26	10.00	58:11	5:49	21	22:41	100	22:41