



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

evaluación detallada

rothkegel, ilona

Asociación: erfurt

Dorsal: 1103

recorrido: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

categoría:

Seniorinnen W60 (60-69 Jahre)

tiempo total: 52:02

velocidad: 11.53 km/h

rendimiento en carrera: 5:12 min/km

posición en el recorrido/Total: 418 (de 686)

posición en el recorrido/Women: 51 (de 143)

mejor tiempo del recorrido: 35:30

posición en la categoría: 2(de 3)

mejor tiempo en la categoría: 50:15

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	11:00	5:30	2	1:04	60	4:04	2.00	11:00	5:30	2	1:04	35	4:04
Runde	2.00	10:05	5:02	2	0:18	41	2:58	4.00	21:05	5:16	2	1:22	70	7:02
Runde	2.00	10:13	5:06	2	0:10	44	3:03	6.00	31:18	5:13	2	1:32	70	10:05
Runde	2.00	10:21	5:10	2	0:04	46	3:08	8.00	41:39	5:12	2	1:36	70	13:13
Leichtathletikhalle	2.00	10:23	5:11	2	0:11	56	3:19	10.00	52:02	5:12	2	1:47	51	16:32