



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

evaluación detallada

Sommerfeld, Sylvia

Asociación: Erfurt

Dorsal: 1018

recorrido: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

categoría:

Seniorinnen W40 (40-49 Jahre)

tiempo total: 59:23

velocidad: 10.10 km/h

rendimiento en carrera: 5:56 min/km

posición en el recorrido/Total: 615 (de 686)

posición en el recorrido/Women: 110 (de 143)

mejor tiempo del recorrido: 35:30

posición en la categoría: 37(de 49)

mejor tiempo en la categoría: 44:06

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa min/km	posición		retraso		Total km	Total tiempo	Total min/km	posición		retraso	
				categoria	Women	categoria	Women				categoria	Women	categoria	Women
Runde	2.00	12:38	6:18	42	4:00	125	5:42	2.00	12:38	6:18	47	1:22	58	5:42
Runde	2.00	11:41	5:50	36	2:58	111	4:34	4.00	24:19	6:04	47	2:23	73	10:16
Runde	2.00	11:39	5:49	34	2:57	103	4:29	6.00	35:58	5:59	8	3:08	73	14:45
Runde	2.00	12:01	6:00	39	3:06	110	4:48	8.00	47:59	5:59	47	3:52	73	19:33
Leichtathletikhalle	2.00	11:24	5:42	33	2:34	95	4:20	10.00	59:23	5:56	37	15:17	110	23:53