



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

evaluación detallada

Wenzel, Heike

Asociación: GS Sonneborn

Dorsal: 1146

recorrido: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

categoría:

Seniorinnen W50 (50-59 Jahre)

tiempo total: 55:35

velocidad: 10.79 km/h

rendimiento en carrera: 5:34 min/km

posición en el recorrido/Total: 536 (de 686)

posición en el recorrido/Women: 83 (de 143)

mejor tiempo del recorrido: 35:30

posición en la categoría: 14(de 22)

mejor tiempo en la categoría: 39:41

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	11:27	5:43	14	3:28	77	4:31	2.00	11:27	5:43	11	0:03	36	4:31
Runde	2.00	10:41	5:20	13	2:50	73	3:34	4.00	22:08	5:31	11		91	8:05
Runde	2.00	10:56	5:28	14	3:01	78	3:46	6.00	33:04	5:30	11	0:01	48	11:51
Runde	2.00	11:14	5:36	14	3:14	80	4:01	8.00	44:18	5:32	11	0:29	91	15:52
Leichtathletikhalle	2.00	11:17	5:38	15	3:21	89	4:13	10.00	55:35	5:33	14	15:54	83	20:05