



# 40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

## evaluación detallada

**Held, Paula Marie**

Asociación: Laufladen Erfurt

Dorsal: 1084

recorrido: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

categoría:

weibliche Jugend U20 (18-19 Jahre)

tiempo total: 50:21

velocidad: 11.92 km/h

rendimiento en carrera: 5:02 min/km

posición en el recorrido/Total: 348 (de 686)

posición en el recorrido/Women: 34 (de 143)

mejor tiempo del recorrido: 35:30

posición en la categoría: 2(de 6)

mejor tiempo en la categoría: 48:07

## 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	10:34	5:16	2	0:08	45	3:38	2.00	10:34	5:16	4	96	3:38	
Runde	2.00	9:56	4:58	2	0:16	34	2:49	4.00	20:30	5:07	4	63	6:27	
Runde	2.00	10:02	5:00	2	0:36	35	2:52	6.00	30:32	5:05	4	65	9:19	
Runde	2.00	10:09	5:04	2	0:41	39	2:56	8.00	40:41	5:05	4	96	12:15	
Leichtathletikhalle	2.00	9:40	4:49	2	0:33	30	2:36	10.00	50:21	5:02	2	2:14	34	14:51