



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

evaluación detallada

Wölke, Nicole

Asociación: RACO

Dorsal: 1379

recorrido: 10.00 km

Vintage VDB Lauf

categoría:

Seniorinnen W30 (30-39 Jahre)

tiempo total: 54:45

velocidad: 10.96 km/h

rendimiento en carrera: 5:29 min/km

posición en el recorrido/Total: 406 (de 637)

posición en el recorrido/Women: 49 (de 144)

mejor tiempo del recorrido: 38:07

posición en la categoría: 15(de 39)

mejor tiempo en la categoría: 38:07

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	stage score				Total score						
				retraso categoría	retraso Women	posición categoría	posición Women	Total km	Total tiempo	Total min/km	posición categoría	posición Women	retraso	
Runde Langstrec	2.00	11:00	5:30	18	3:40	48	3:40	2.00	11:00	5:30	11	1:26	44	3:40
Runde Langstrec	2.00	10:50	5:25	16	3:13	53	3:13	4.00	21:50	5:27	20	2:50	26	6:53
Runde Langstrec	2.00	11:01	5:30	17	3:15	55	3:15	6.00	32:51	5:28	20	4:30	26	10:08
Runde Langstrec	2.00	11:14	5:36	17	3:28	59	3:28	8.00	44:05	5:30	19	6:20	26	13:36
Leichtathletikh	2.00	10:40	5:19	15	3:02	44	3:02	10.00	54:45	5:28	15	16:38	49	16:38