41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

evaluación detallada

Heusing, Nadine

Asociación: GutsMuths Rennsteiglauf Verein
Dorsal: 119

recorrido: 4.00 km
Pokal der Sparkasse Mittelthüringen

categoría:
Seniorinnen W30 (30-39 Jahre)

tiempo total: 25:16

velocidad: 9.50 km/h
rendimiento en carrera: 6:19 min/km

posición en el recorrido/Total: 348 (de 446)
posición en el recorrido/Women: 113 (de 168)
mejor tiempo del recorrido: 13:59

posición en la categoría: 22(de 34)
mejor tiempo en la categoría: 19:57

tiempos parciales

control	stage score							Total score						
	etapa km	etapa tiempo	etapa min/km	posició categor	retraso categoría	posició Women	retraso Women	Total km	Total tiempo	Total min/km	posició categor	retraso categoría	posició Women	retraso Women
Runde Kurzstrecl	2.00	12:31	6:15	19	2:46	102	5:36	2.00	12:31	6:15	31		47	5:36
Leichtathletikhal	2.00	12:45	6:22	24	2:56	121	5:41	4.00	25:16	6:18	22	5:19	113	11:17