



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

evaluación detallada

Gieland, Heike

Asociación: gesundundfit e.v.

Dorsal: 175

recorrido: 4.00 km

Pokal der Sparkasse Mittelthüringen

categoría:

Seniorinnen W40 (40-49 Jahre)

tiempo total: 28:11

velocidad: 8.52 km/h

rendimiento en carrera: 7:03 min/km

posición en el recorrido/Total: 414 (de 446)

posición en el recorrido/Women: 149 (de 168)

mejor tiempo del recorrido: 13:59

posición en la categoría: 28(de 33)

mejor tiempo en la categoría: 19:04

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa	etapa	etapa	posició	retraso	posició	retraso	Total	Total	Total	posició	retraso	posició	retraso
	km	tiempo	min/km	categoría	categoría	Women	Women				categoría	categoría	Women	Women
Runde Kurzstrecke	2.00	14:01	7:00	29	4:34	151	7:06	2.00	14:01	7:00	24	0:54	56	7:06
Leichtathletikhalle	2.00	14:10	7:04	28	4:51	147	7:06	4.00	28:11	7:02	28	9:07	149	14:12