



# 41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

## evaluación detallada

Rieß, Heike

Asociación: Erfurt

Dorsal: 218

recorrido: 4.00 km

Pokal der Sparkasse Mittelthüringen

categoría:

Seniorinnen W40 (40-49 Jahre)

tiempo total: 30:13

velocidad: 7.94 km/h

rendimiento en carrera: 7:33 min/km

posición en el recorrido/Total: 434 (de 446)

posición en el recorrido/Women: 161 (de 168)

mejor tiempo del recorrido: 13:59

posición en la categoría: 31(de 33)

mejor tiempo en la categoría: 19:04

## tiempos parciales

## stage score

## Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	stage score				Total score						
				retraso categoría	retraso categoría	retraso Women	retraso Women	Total km	Total tiempo	Total min/km	retraso categoría	retraso Women	retraso Women	
Runde Kurzstrecke	2.00	15:00	7:30	31	5:33	160	8:05	2.00	15:00	7:30	4	1:53	114	8:05
Leichtathletikhalle	2.00	15:13	7:36	31	5:54	157	8:09	4.00	30:13	7:33	31	11:09	161	16:14