



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

evaluación detallada

Seehof, Manuela

tiempo total: 56:28

Dorsal: 1621

velocidad: 10.63 km/h

rendimiento en carrera: 5:39 min/km

recorrido: 10.00 km

posición en el recorrido/Total: 458 (de 637)

Vintage VDB Lauf

posición en el recorrido/Women: 65 (de 144)

mejor tiempo del recorrido: 38:07

categoría:

posición en la categoría: 19(de 39)

Seniorinnen W30 (30-39 Jahre)

mejor tiempo en la categoría: 38:07

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 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 | 11:07 | 5:33 | 19 | 3:30 | 63 | 3:30 | 4.00 | 22:07 | 5:31 | 11 | 3:07 | 44 | 7:10 |
| Runde Langstrec | 2.00 | 11:31 | 5:45 | 25 | 3:45 | 79 | 3:45 | 6.00 | 33:38 | 5:36 | 11 | 5:17 | 44 | 10:55 |
| Runde Langstrec | 2.00 | 11:40 | 5:49 | 23 | 3:54 | 79 | 3:54 | 8.00 | 45:18 | 5:39 | 11 | 7:33 | 44 | 14:49 |
| Leichtathletikh | 2.00 | 11:10 | 5:34 | 20 | 3:32 | 69 | 3:32 | 10.00 | 56:28 | 5:38 | 19 | 18:21 | 65 | 18:21 |