



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

evaluación detallada

Sommerfeld, Sylvia

Asociación: Erfurt

Dorsal: 1022

recorrido: 10.00 km

Vintage VDB Lauf

categoría:

Seniorinnen W40 (40-49 Jahre)

tiempo total: 1:04:54

velocidad: 9.24 km/h

rendimiento en carrera: 6:29 min/km

posición en el recorrido/Total: 606 (de 637)

posición en el recorrido/Women: 130 (de 144)

mejor tiempo del recorrido: 38:07

posición en la categoría: 41(de 45)

mejor tiempo en la categoría: 46:20

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 Langstrec	2.00	13:23	6:41	42	3:42	134	6:03	2.00	13:23	6:41	6	2:26	83	6:03
Runde Langstrec	2.00	12:43	6:21	40	3:33	133	5:06	4.00	26:06	6:31	6	4:41	83	11:09
Runde Langstrec	2.00	13:00	6:30	42	3:46	135	5:14	6.00	39:06	6:30	6	8:27	83	16:23
Runde Langstrec	2.00	13:06	6:32	40	3:52	126	5:20	8.00	52:12	6:31	8	10:13	83	21:43
Leichtathletikh	2.00	12:42	6:20	39	3:43	122	5:04	10.00	1:04:54	6:29	41	18:34	130	26:47