



# 1. Erfurter Flughafenlauf

Erfurt / 14.09.2014

## evaluación detallada

**Lauerwald, Heike**

Asociación: SV Sömmerda e.V.

Dorsal: 338

recorrido: 10.00 km

Lange Strecke

categoría:

Seniorinnen W45 (45-49 Jahre)

tiempo total: 51:42

velocidad: 11.61 km/h

rendimiento en carrera: 5:10 min/km

posición en el recorrido/Total: 78 (de 109)

posición en el recorrido/Women: 11 (de 20)

mejor tiempo del recorrido: 43:48

posición en la categoría: 3(de 4)

mejor tiempo en la categoría: 47:19

## 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	2.50	12:16	4:54	1	-	8	1:33	2.50	12:16	4:54	1	-	16	
Runde	2.50	12:53	5:09	2	1:10	9	2:05	5.00	25:09	5:01	1	-	16	
Runde	2.50	13:20	5:20	3	1:28	11	2:09	7.50	38:29	5:07	1	-	18	
Ziel	2.50	13:13	5:17	4	1:52	12	2:07	10.00	51:42	5:10	3	4:23	11	7:54