



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 | 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 categoría | retraso 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 |