



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

evaluación detallada

Parade, Sabine

Asociación: Erfurt

Dorsal: 265

recorrido: 4.00 km

Pokal der Sparkasse Mittelthüringen

categoría:

Seniorinnen W40 (40-49 Jahre)

tiempo total: 22:16

velocidad: 10.78 km/h

rendimiento en carrera: 5:34 min/km

posición en el recorrido/Total: 223 (de 446)

posición en el recorrido/Women: 54 (de 168)

mejor tiempo del recorrido: 13:59

posición en la categoría: 9 (de 33)

mejor tiempo en la categoría: 19:04

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
Runde Kurzstrecke	2.00	11:26	5:43	9	1:59	58	4:31	2.00	11:26	5:43	23	31	4:31
Leichtathletikhalle	2.00	10:50	5:25	8	1:31	48	3:46	4.00	22:16	5:33	9	54	8:17