



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

evaluación detallada

Heinzel, Nadin

Asociación: Erfurt

Dorsal: 380

recorrido: 4.00 km

Pokal der Sparkasse Mittelthüringen

categoría:

Seniorinnen W30 (30-39 Jahre)

tiempo total: 23:21

velocidad: 10.28 km/h

rendimiento en carrera: 5:50 min/km

posición en el recorrido/Total: 279 (de 446)

posición en el recorrido/Women: 75 (de 168)

mejor tiempo del recorrido: 13:59

posición en la categoría: 14(de 34)

mejor tiempo en la categoría: 19:57

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 Women	retraso Women	
Runde Kurzstrecke	2.00	12:26	6:13	18	2:41	97	5:31	2.00	12:26	6:13	13	121	5:31	
Leichtathletikhalle	2.00	10:55	5:27	9	1:06	54	3:51	4.00	23:21	5:50	14	3:24	75	9:22