



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

evaluación detallada

Wiedenhöft, Heike

Asociación: SG Großmölsen

Dorsal: 1265

recorrido: 10.00 km

Vintage VDB Lauf

categoría:

Seniorinnen W50 (50-59 Jahre)

tiempo total: 1:01:03

velocidad: 9.83 km/h

rendimiento en carrera: 6:06 min/km

posición en el recorrido/Total: 569 (de 637)

posición en el recorrido/Women: 109 (de 144)

mejor tiempo del recorrido: 38:07

posición en la categoría: 14(de 25)

mejor tiempo en la categoría: 47:51

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 Langstrec	2.00	13:05	6:32	20	3:54	127	5:45	2.00	13:05	6:32	25	39	5:45	
Runde Langstrec	2.00	12:00	6:00	12	2:34	106	4:23	4.00	25:05	6:16	25	39	10:08	
Runde Langstrec	2.00	11:47	5:53	11	2:11	91	4:01	6.00	36:52	6:08	25	39	14:09	
Runde Langstrec	2.00	12:08	6:03	13	2:19	99	4:22	8.00	49:00	6:07	1	-	39	18:31
Leichtathletikal	2.00	12:03	6:01	14	2:14	106	4:25	10.00	1:01:03	6:06	14	13:12	109	22:56