



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

evaluación detallada

Sieber-Held, Anke

Asociación: SSV ERFURT 02

Dorsal: 1725

recorrido: 10.00 km

Vintage VDB Lauf

categoría:

Seniorinnen W40 (40-49 Jahre)

tiempo total: 59:35

velocidad: 10.07 km/h

rendimiento en carrera: 5:58 min/km

posición en el recorrido/Total: 548 (de 637)

posición en el recorrido/Women: 97 (de 144)

mejor tiempo del recorrido: 38:07

posición en la categoría: 33(de 45)

mejor tiempo en la categoría: 46:20

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 | 12:00 | 6:00 | 25 | 2:19 | 85 | 4:40 | 2.00 | 12:00 | 6:00 | 39 | 1:03 | 59 | 4:40 |
| Runde Langstrec | 2.00 | 11:38 | 5:48 | 29 | 2:28 | 93 | 4:01 | 4.00 | 23:38 | 5:54 | 39 | 2:13 | 59 | 8:41 |
| Runde Langstrec | 2.00 | 12:00 | 6:00 | 36 | 2:46 | 106 | 4:14 | 6.00 | 35:38 | 5:56 | 38 | 4:59 | 59 | 12:55 |
| Runde Langstrec | 2.00 | 12:07 | 6:03 | 35 | 2:53 | 98 | 4:21 | 8.00 | 47:45 | 5:58 | 36 | 5:46 | 59 | 17:16 |
| Leichtathletikh | 2.00 | 11:50 | 5:55 | 33 | 2:51 | 98 | 4:12 | 10.00 | 59:35 | 5:57 | 33 | 13:15 | 97 | 21:28 |