



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
Leichtathletikal	2.00	11:50	5:55	33	2:51	98	4:12	10.00	59:35	5:57	33	13:15	97	21:28