



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

evaluación detallada

Knothe, Simone

Asociación: Hörsselberg-Hainich

Dorsal: 1448

recorrido: 10.00 km

Vintage VDB Lauf

categoría:

Seniorinnen W40 (40-49 Jahre)

tiempo total: 51:06

velocidad: 11.74 km/h

rendimiento en carrera: 5:07 min/km

posición en el recorrido/Total: 296 (de 637)

posición en el recorrido/Women: 28 (de 144)

mejor tiempo del recorrido: 38:07

posición en la categoría: 6(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	10:25	5:12	7	0:44	28	3:05	2.00	10:25	5:12	12	103	3:05	
Runde Langstrec	2.00	10:05	5:02	5	0:55	28	2:28	4.00	20:30	5:07	12	103	5:33	
Runde Langstrec	2.00	10:09	5:04	6	0:55	25	2:23	6.00	30:39	5:06	1	-	103	7:56
Runde Langstrec	2.00	10:15	5:07	6	1:01	26	2:29	8.00	40:54	5:06	12	99	10:25	
Leichtathletikh	2.00	10:12	5:05	7	1:13	29	2:34	10.00	51:06	5:06	6	4:46	28	12:59