



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

evaluación detallada

Rudolph, Anja

Asociación: LSG 80 Schmückeläufer

Dorsal: 435

recorrido: 4.00 km

Pokal der Sparkasse Mittelthüringen

categoría:

Seniorinnen W30 (30-39 Jahre)

tiempo total: 21:58

velocidad: 10.93 km/h

rendimiento en carrera: 5:29 min/km

posición en el recorrido/Total: 207 (de 446)

posición en el recorrido/Women: 48 (de 168)

mejor tiempo del recorrido: 13:59

posición en la categoría: 7(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 | posició Women | retraso Women | Total km | Total tiempo | Total min/km | posició categoría | retraso categoría | posició Women | retraso Women |
| Runde Kurzstrecke | 2.00 | 11:18 | 5:39 | 7 | 1:33 | 54 | 4:23 | 2.00 | 11:18 | 5:39 | 27 | 19 | 4:23 | |
| Leichtathletikhalle | 2.00 | 10:40 | 5:19 | 6 | 0:51 | 41 | 3:36 | 4.00 | 21:58 | 5:29 | 7 | 2:01 | 48 | 7:59 |