



# 41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

evaluación detallada

Grahmann, Christin

Dorsal: 1616

recorrido: 10.00 km

Vintage VDB Lauf

categoría:

Seniorinnen W30 (30-39 Jahre)

tiempo total: 56:43

velocidad: 10.58 km/h

rendimiento en carrera: 5:40 min/km

posición en el recorrido/Total: 473 (de 637)

posición en el recorrido/Women: 69 (de 144)

mejor tiempo del recorrido: 38:07

posición en la categoría: 21(de 39)

mejor tiempo en la categoría: 38:07

tiempos parciales

stage score

Total score

| control         | etapa<br>km | etapa<br>tiempo | etapa<br>min/km | stage score           |                      |                   |                  | Total score |                 |                 |                       |                      |                   |                  |
|-----------------|-------------|-----------------|-----------------|-----------------------|----------------------|-------------------|------------------|-------------|-----------------|-----------------|-----------------------|----------------------|-------------------|------------------|
|                 |             |                 |                 | posición<br>categoría | retraso<br>categoría | posición<br>Women | retraso<br>Women | Total<br>km | Total<br>tiempo | Total<br>min/km | posición<br>categoría | retraso<br>categoría | posición<br>Women | retraso<br>Women |
| Runde Langstrec | 2.00        | 11:03           | 5:31            | 20                    | 3:43                 | 52                | 3:43             | 2.00        | 11:03           | 5:31            | 16                    | 1:29                 | 121               | 3:43             |
| Runde Langstrec | 2.00        | 11:01           | 5:30            | 18                    | 3:24                 | 59                | 3:24             | 4.00        | 22:04           | 5:30            | 16                    | 3:04                 | 71                | 7:07             |
| Runde Langstrec | 2.00        | 11:17           | 5:38            | 21                    | 3:31                 | 70                | 3:31             | 6.00        | 33:21           | 5:33            | 16                    | 5:00                 | 121               | 10:38            |
| Runde Langstrec | 2.00        | 11:37           | 5:48            | 22                    | 3:51                 | 74                | 3:51             | 8.00        | 44:58           | 5:37            | 15                    | 7:13                 | 79                | 14:29            |
| Leichtathletikh | 2.00        | 11:45           | 5:52            | 26                    | 4:07                 | 93                | 4:07             | 10.00       | 56:43           | 5:40            | 21                    | 18:36                | 69                | 18:36            |