



# 39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

## Detailauswertung

**Gieland, Heike**

Verein: gesundundfit e.V.

Startnummer: 154

Strecke: 4,00 km

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelfranken

Kategorie:

Seniorinnen W40 (40-49 Jahre)

**Gesamt-Zeit: 25:52**

Geschwindigkeit: 9,28 km/h

Laufleistung: 6:28 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 341 (von 389)

Strecken-Platzierung/Frauen: 103 (von 140)

Bestzeit der Strecke: 14:03

Kategorie-Platzierung: 30(von 39)

Bestzeit in der Kategorie: 15:39

### Zwischenzeiten

### Teilstreckenwertung

### Gesamtwertung

Kontrolle	Split			Platz Rückst.				Gesamt						
	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Frauer	Frauen	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Frauer	Frauen
Runde	2,00	12:36	6:17	25	4:55	84	5:37	2,00	12:36	6:17	37	0:17	80	1:09
Leichtathletikhäl	2,00	13:16	6:38	31	5:18	108	6:12	4,00	25:52	6:28	30	10:13	103	11:49