



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

Detailauswertung

Lauerwald, Heike

Verein: SV Sömmerda e.V.

Startnummer: 1056

Strecke: 10,00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

Kategorie:

Seniorinnen W40 (40-49 Jahre)

Gesamt-Zeit: 50:59

Geschwindigkeit: 11,77 km/h

Laufleistung: 5:06 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 380 (von 686)

Strecken-Platzierung/Frauen: 41 (von 143)

Bestzeit der Strecke: 35:30

Kategorie-Platzierung: 9(von 49)

Bestzeit in der Kategorie: 44:06

Zwischenzeiten

Teilstreckenwertung

Gesamtwertung

Kontrolle	Split			Teilstreckenwertung				Gesamtwertung						
	km	Zeit	min/km	Platz Kat.	Rückst. Kat.	Platz Frauer	Rückst. Frauen	Gesamt km	Gesamt Zeit	Gesamt min/km	Platz Kat.	Rückst. Kat.	Platz Frauer	Rückst. Frauen
Runde	2,00	10:15	5:07	10	1:37	37	3:19	2,00	10:15	5:07	9		46	3:19
Runde	2,00	10:20	5:10	18	1:37	57	3:13	4,00	20:35	5:08	9		99	6:32
Runde	2,00	10:13	5:06	9	1:31	44	3:03	6,00	30:48	5:08	9		99	9:35
Runde	2,00	10:12	5:05	8	1:17	40	2:59	8,00	41:00	5:07	9		99	12:34
Leichtathletikhah	2,00	9:59	4:59	6	1:09	35	2:55	10,00	50:59	5:05	9	6:53	41	15:29