



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

Detailauswertung

Gieland, Heike

Verein: Gesund&Fit e.V. Erfurt

Startnummer: 123

Strecke: 4,00 km

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelfranken

Kategorie:

Seniorinnen W40 (40-49 Jahre)

Gesamt-Zeit: 26:09

Geschwindigkeit: 9,18 km/h

Laufleistung: 6:32 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 439 (von 477)

Strecken-Platzierung/Frauen: 135 (von 162)

Bestzeit der Strecke: 14:18

Kategorie-Platzierung: 32(von 37)

Bestzeit in der Kategorie: 19:05

Zwischenzeiten

Teilstreckenwertung

Gesamtwertung

Kontrolle	Split	Split	Split	Platz	Rückst.	Platz	Rückst.	Gesamt	Gesamt	Gesamt	Platz	Rückst.	Platz	Rückst.
	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Frauer	Frauen				km	Zeit	min/km	Kat.
Runde	2,00	13:15	6:37	30	3:48	142	6:13	2,00	13:15	6:37	5		100	6:07
Leichtathletikhäl	2,00	12:54	6:27	31	3:25	131	5:38	4,00	26:09	6:32	32	7:04	136	11:51