



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

Detailauswertung

Pokahr, Viola

Verein: Sonntagsläufer Tambach-Dietharz
Startnummer: 145

Strecke: 4,00 km

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelfranken

Kategorie:

Seniorinnen W50 (50-59 Jahre)

Gesamt-Zeit: 28:08

Geschwindigkeit: 8,53 km/h
Laufleistung: 7:02 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 462 (von 477)

Strecken-Platzierung/Frauen: 151 (von 162)

Bestzeit der Strecke: 14:18

Kategorie-Platzierung: 13(von 14)

Bestzeit in der Kategorie: 20:18

Kontrolle	Teilstreckenwertung							Gesamtwertung						
	Split km	Split Zeit	Split 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	14:08	7:03	12	3:50	156	7:06	2,00	14:08	7:03	10	3:50	111	7:00
Leichtathletikhäl	2,00	14:00	7:00	12	4:01	147	6:44	4,00	28:08	7:01	13	7:50	152	13:50