



# 40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

## Detailauswertung

**Fritzlar, Heike**

Verein: Mühlhäuser Röblinglaufverein

Startnummer: 1404

Strecke: 10,00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

Kategorie:

Seniorinnen W40 (40-49 Jahre)

**Gesamt-Zeit: 52:33**

Geschwindigkeit: 11,42 km/h

Laufleistung: 5:16 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 437 (von 686)

Strecken-Platzierung/Frauen: 55 (von 143)

Bestzeit der Strecke: 35:30

Kategorie-Platzierung: 17(von 49)

Bestzeit in der Kategorie: 44:06

Kontrolle	Zwischenzeiten			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	10:58	5:29	20	2:20	56	4:02	2,00	10:58	5:29	11		26	4:02
Runde	2,00	10:14	5:06	14	1:31	53	3:07	4,00	21:12	5:17	30		26	7:09
Runde	2,00	10:19	5:09	14	1:37	52	3:09	6,00	31:31	5:15	30		26	10:18
Runde	2,00	10:33	5:16	16	1:38	52	3:20	8,00	42:04	5:15	30		26	13:38
Leichtathletikhaf	2,00	10:29	5:14	21	1:39	62	3:25	10,00	52:33	5:15	17	8:27	55	17:03