



# 40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

## Detailauswertung

Uhlig, Simone

Verein: Erfurt

Startnummer: 1038

Strecke: 10,00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

Kategorie:

Seniorinnen W40 (40-49 Jahre)

Gesamt-Zeit: 53:20

Geschwindigkeit: 11,25 km/h

Laufleistung: 5:20 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 462 (von 686)

Strecken-Platzierung/Frauen: 59 (von 143)

Bestzeit der Strecke: 35:30

Kategorie-Platzierung: 19(von 49)

Bestzeit in der Kategorie: 44:06

### Zwischenzeiten

### Teilstreckenwertung

### Gesamtwertung

| Kontrolle          | Split<br>km | Split<br>Zeit | Split<br>min/km | Platz<br>Kat. | Rückst.<br>Kat. | Platz<br>Frauer | Rückst.<br>Frauen | Gesamt<br>km | Gesamt<br>Zeit | Gesamt<br>min/km | Platz<br>Kat. | Rückst.<br>Kat. | Platz<br>Frauer | Rückst.<br>Frauen |
|--------------------|-------------|---------------|-----------------|---------------|-----------------|-----------------|-------------------|--------------|----------------|------------------|---------------|-----------------|-----------------|-------------------|
| Runde              | 2,00        | 11:28         | 5:44            | 28            | 2:50            | 79              | 4:32              | 2,00         | 11:28          | 5:44             | 37            | 0:12            | 41              | 4:32              |
| Runde              | 2,00        | 10:35         | 5:17            | 21            | 1:52            | 65              | 3:28              | 4,00         | 22:03          | 5:30             | 37            | 0:07            | 41              | 8:00              |
| Runde              | 2,00        | 10:35         | 5:17            | 18            | 1:53            | 59              | 3:25              | 6,00         | 32:38          | 5:26             | 37            |                 | 41              | 11:25             |
| Runde              | 2,00        | 10:32         | 5:15            | 14            | 1:37            | 50              | 3:19              | 8,00         | 43:10          | 5:23             | 37            |                 | 41              | 14:44             |
| Leichtathletikhall | 2,00        | 10:10         | 5:04            | 11            | 1:20            | 46              | 3:06              | 10,00        | 53:20          | 5:20             | 19            | 9:14            | 59              | 17:50             |