



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

Detailauswertung

Krieg, Heike

Verein: ErfurtNordGymnastik

Startnummer: 362

Strecke: 4,00 km

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelfranken

Kategorie:

Seniorinnen W50 (50-59 Jahre)

Gesamt-Zeit: 22:48

Geschwindigkeit: 10,53 km/h

Laufleistung: 5:42 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 316 (von 477)

Strecken-Platzierung/Frauen: 78 (von 162)

Bestzeit der Strecke: 14:18

Kategorie-Platzierung: 6(von 14)

Bestzeit in der Kategorie: 20:18

Zwischenzeiten

Teilstreckenwertung

Gesamtwertung

Kontrolle	Split			Platz Rückst.				Gesamt						
	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Frauer	Frauen	km	Zeit	min/km	Kat.	Kat.	Frauer	Frauen
Runde	2,00	11:42	5:50	8	1:24	87	4:40	2,00	11:42	5:50	5	1:24	53	4:34
Leichtathletikhäl	2,00	11:06	5:32	5	1:07	78	3:50	4,00	22:48	5:42	6	2:30	79	8:30