



# 41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

## Detailauswertung

### Herrnberger-Ilg, Alrun

Verein: ZAP Herrnberger& Herrnberger-Ilg  
Startnummer: 374

Strecke: 4,00 km

Pokal der Sparkasse Mittelthüringen

Kategorie:

Seniorinnen W30 (30-39 Jahre)

Gesamt-Zeit: 22:50

Geschwindigkeit: 10,51 km/h

Laufleistung: 5:43 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 247 (von 446)

Strecken-Platzierung/Frauen: 64 (von 168)

Bestzeit der Strecke: 13:59

Kategorie-Platzierung: 9(von 34)

Bestzeit in der Kategorie: 19:57

### 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.  | Kat.    | Frauer | Frauen  |
| Runde Kurzstrecke   | 2,00  | 13:01 | 6:30   | 22    | 3:16    | 119    | 6:06    | 2,00   | 13:01  | 6:30   | 25    |         | 39     | 6:06    |
| Leichtathletikhalle | 2,00  | 9:49  | 4:54   | 1     | -       | 20     | 2:45    | 4,00   | 22:50  | 5:42   | 9     | 2:53    | 64     | 8:51    |