



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

Exploitation détaillée

Konschak, Katja

Association: Triathlon Nordhausen

Dossard: 324

Circuit: 4.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelhünfingen

Catégorie:

Seniorinnen W30 (30-39 Jahre)

Temps total: 14:23

Vitesse: 16.69 km/h

Kilométrage: 3:36 min/km

Place par parcours/Total: 15 (de 389)

Place par parcours/Femmes: 2 (de 140)

Meilleur temps dans le parcours: 14:03

Place par catégorie: 1(de 20)

Meilleur temps dans la catégorie: 14:23

Temps intermédiaires

Résultats d'étape

Résultat total

Poste	Temps intermédiaires				Résultats d'étape				Résultat total					
	Etape km	Etape Temps	Etape min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Femme	Retard Femmes	Total km	Total Temps	Total min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Femme	Retard Femmes
Runde	2.00	6:59	3:29	1	-	1	-	2.00	6:59	3:29	20	-	2	-
Leichtathletikh	2.00	7:24	3:42	1	-	2	0:20	4.00	14:23	3:35	1	-	2	0:20