



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

Exploitation détaillée

Seehof, Manuela

Association: Thamsbrück

Dossard: 26

Circuit: 4.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelhünigen

Catégorie:

Seniorinnen W30 (30-39 Jahre)

Temps total: 28:32

Vitesse: 8.41 km/h

Kilométrage: 7:08 min/km

Place par parcours/Total: 370 (de 389)

Place par parcours/Femmes: 123 (de 140)

Meilleur temps dans le parcours: 14:03

Place par catégorie: 16(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	13:47	6:53	17	6:48	118	6:48	2.00	13:47	6:53	3	2:16	128	2:20
Leichtathletikhalle	2.00	14:45	7:22	18	7:21	126	7:41	4.00	28:32	7:08	16	14:09	123	14:29