



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

Exploitation détaillée

Sommerfeld, Sylvia

Association: Erfurt

Dossard: 3

Circuit: 4.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelhünfen

Catégorie:

Seniorinnen W30 (30-39 Jahre)

Temps total: 22:48

Vitesse: 10.53 km/h

Kilométrage: 5:42 min/km

Place par parcours/Total: 250 (de 389)

Place par parcours/Femmes: 56 (de 140)

Meilleur temps dans le parcours: 14:03

Place par catégorie: 5(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	11:23	5:41	5	4:24	55	4:24	2.00	11:23	5:41	2			54
Leichtathletikhalle	2.00	11:25	5:42	5	4:01	61	4:21	4.00	22:48	5:42	5	8:25	56	8:45