



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

Exploitation détaillée

Fritzlar, Heike

Association: Laufmaus

Dossard: 1069

Circuit: 10.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

Catégorie:

Seniorinnen W40 (40-49 Jahre)

Temps total: 52:23

Vitesse: 11.45 km/h

Kilométrage: 5:14 min/km

Place par parcours/Total: 401 (de 618)

Place par parcours/Femmes: 44 (de 118)

Meilleur temps dans le parcours: 36:13

Place par catégorie: 11(de 40)

Meilleur temps dans la catégorie: 44:45

Temps intermédiaires

Résultats d'étape

Résultat total

Poste	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	10:43	5:21	19	2:14	58	3:43	2.00	10:43	5:21	13	2:14	72	2:56
Runde	2.00	10:17	5:08	12	1:25	43	2:59	4.00	21:00	5:15	13	3:39	85	3:16
Runde	2.00	10:23	5:11	9	1:19	39	3:02	6.00	31:23	5:13	13	4:58	17	4:56
Runde	2.00	10:30	5:15	10	1:20	41	3:11	8.00	41:53	5:14	13	6:18	85	6:38
Leichtathletikhalle	2.00	10:30	5:15	13	1:20	47	3:15	10.00	52:23	5:14	11	7:38	44	16:10