



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

Exploitation détaillée

Hesse, Heike

Association: TSV Alperstedt

Dossard: 1355

Circuit: 10.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

Catégorie:

Seniorinnen W40 (40-49 Jahre)

Temps total: 1:05:57

Vitesse: 9.10 km/h

Kilométrage: 6:36 min/km

Place par parcours/Total: 600 (de 618)

Place par parcours/Femmes: 110 (de 118)

Meilleur temps dans le parcours: 36:13

Place par catégorie: 39(de 40)

Meilleur temps dans la catégorie: 44:45

Temps intermédiaires

Résultats d'étape

Résultat total

Poste	Etape		Etape	Place	Retard	Place		Total	Total	Total	Place	Retard	Place	Retard
	km	Temps				min/km	catg.							
Runde	2.00	13:13	6:36	39	4:44	112	6:13	2.00	13:13	6:36	18	4:44	93	5:26
Runde	2.00	13:14	6:36	39	4:22	113	5:56	4.00	26:27	6:36	18	9:06	100	8:43
Runde	2.00	13:32	6:46	40	4:28	112	6:11	6.00	39:59	6:39	18	13:34	100	13:32
Runde	2.00	13:16	6:38	39	4:06	110	5:57	8.00	53:15	6:39	18	17:40	100	18:00
Leichtathletikhalle	2.00	12:42	6:20	39	3:32	106	5:27	10.00	1:05:57	6:35	39	21:12	110	29:44