39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

Exploitation détaillée

Gieland, Heike

Association: gesundundfit e.V.
Dossard: 154

Circuit: 4.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelthüringen

Catégorie:

Seniorinnen W40 (40-49 Jahre)

Temps total: 25:52

Vitesse: 9.28 km/h
Kilométrage: 6:28 min/km

Place par parcours/Total: 341 (de 389)

Place par parcours/Femmes: 103 (de 140)

Meilleur temps dans le parcours: 14:03

Place par catégorie: 30(de 39)

Meilleur temps dans la catégorie: 15:39

Temps intermédiaires

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	12:36	6:17	25	4:55	84	5:37	2.00	12:36	6:17	37	0:17	80	1:09
Leichtathletikhal	2.00	13:16	6:38	31	5:18	108	6:12	4.00	25:52	6:28	30	10:13	103	11:49