



# 40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

## Exploitation détaillée

**Seydel, Adina**

Association: Hermsdorfer Sportclub

Dossard: 1452

Circuit: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

Catégorie:

Frauen (20-29 Jahre)

Temps total: 55:33

Vitesse: 10.80 km/h

Kilométrage: 5:34 min/km

Place par parcours/Total: 534 (de 686)

Place par parcours/Femmes: 82 (de 143)

Meilleur temps dans le parcours: 35:30

Place par catégorie: 17(de 31)

Meilleur temps dans la catégorie: 35:30

### 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	11:52	5:56	22	4:56	96	4:56	2.00	11:52	5:56	6		103	4:56
Runde	2.00	11:00	5:30	19	3:53	85	3:53	4.00	22:52	5:43	6		134	8:49
Runde	2.00	10:50	5:25	17	3:40	71	3:40	6.00	33:42	5:37	5	3:35	133	12:29
Runde	2.00	11:05	5:32	17	3:52	74	3:52	8.00	44:47	5:35	5	3:37	100	16:21
Leichtathletikhalle	2.00	10:46	5:23	18	3:42	70	3:42	10.00	55:33	5:33	17	20:03	82	20:03