# 40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

## Exploitation détaillée

## Niodus, Martina

Association: Erfurt
Dossard: 587

Circuit: 4.00 km
Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelthüringen

Catégorie:
Seniorinnen W40 (40-49 Jahre)

Temps total: 20:55

Vitesse: 11.47 km/h
Kilométrage: 5:14 min/km

Place par parcours/Total: 205 (de 477)
Place par parcours/Femmes: 42 (de 162)
Meilleur temps dans le parcours: 14:18

Place par catégorie: 5(de 37)
Meilleur temps dans la catégorie: 19:05

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 | 10:55 | 5:27 | 7 | 1:28 | 54 | 3:53 | 2.00 | 10:55 | 5:27 | 23 | | 27 | 3:47 |
| Leichtathletikhal | 2.00 | 10:00 | 5:00 | 4 | 0:31 | 36 | 2:44 | 4.00 | 20:55 | 5:13 | 5 | 1:50 | 43 | 6:37 |