



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

Exploitation détaillée

Jahn, Iris

Association: Erfurt

Dossard: 107

Circuit: 4.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelhünfen

Catégorie:

Seniorinnen W40 (40-49 Jahre)

Temps total: 23:53

Vitesse: 10.05 km/h

Kilométrage: 5:58 min/km

Place par parcours/Total: 370 (de 477)

Place par parcours/Femmes: 104 (de 162)

Meilleur temps dans le parcours: 14:18

Place par catégorie: 24(de 37)

Meilleur temps dans la catégorie: 19:05

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	11:54	5:57	19	2:27	97	4:52	2.00	11:54	5:57	20		58	4:46
Leichtathletikhalle	2.00	11:59	5:59	26	2:30	111	4:43	4.00	23:53	5:58	24	4:48	105	9:35