



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

Exploitation détaillée

Jörg, Kathleen

Association: SV Empor Bad Langensalza
Dossard: 482

Circuit: 4.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelhünigen

Catégorie:

Seniorinnen W40 (40-49 Jahre)

Temps total: 21:43

Vitesse: 11.05 km/h

Kilométrage: 5:26 min/km

Place par parcours/Total: 256 (de 477)

Place par parcours/Femmes: 56 (de 162)

Meilleur temps dans le parcours: 14:18

Place par catégorie: 8(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	10:43	5:21	5	1:16	47	3:41	2.00	10:43	5:21	30		59	3:35
Leichtathletikhalle	2.00	11:00	5:30	14	1:31	67	3:44	4.00	21:43	5:25	8	2:38	57	7:25