



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

Exploitation détaillée

Heinze, Monika

Association: Blankenhain

Dossard: 590

Circuit: 4.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelhünigen

Catégorie:

Seniorinnen W50 (50-59 Jahre)

Temps total: 22:28

Vitesse: 10.68 km/h

Kilométrage: 5:37 min/km

Place par parcours/Total: 299 (de 477)

Place par parcours/Femmes: 72 (de 162)

Meilleur temps dans le parcours: 14:18

Place par catégorie: 5(de 14)

Meilleur temps dans la catégorie: 20:18

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	11:21	5:40	4	1:03	68	4:19	2.00	11:21	5:40	8	1:03	55	4:13
Leichtathletikhalle	2.00	11:07	5:33	6	1:08	79	3:51	4.00	22:28	5:36	5	2:10	73	8:10