



# 40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

## Exploitation détaillée

**Heidenreich, Lena**

Association: Erfurt

Dossard: 513

Circuit: 4.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelhünigen

Catégorie:

weibliche Jugend U16 (14-15 Jahre)

Temps total: 28:45

Vitesse: 8.35 km/h

Kilométrage: 7:11 min/km

Place par parcours/Total: 469 (de 477)

Place par parcours/Femmes: 155 (de 162)

Meilleur temps dans le parcours: 14:18

Place par catégorie: 16(de 17)

Meilleur temps dans la catégorie: 15:33

### 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                 | 12:51       | 6:25         | 16          | 5:43              | 128         | 5:49          | 2.00     | 12:51          | 6:25         | 3           | 1:56         | 121         | 5:43          |
| Leichtathletikhalle | 2.00                 | 15:54       | 7:57         | 17          | 8:23              | 159         | 8:38          | 4.00     | 28:45          | 7:11         | 17          | 14:06        | 156         | 14:27         |