



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

Exploitation détaillée

Robe, Karoline

Association: LFV Oberholz - lauftraining.com

Dossard: 1128

Circuit: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

Catégorie:

Frauen (20-29 Jahre)

Temps total: 38:07

Vitesse: 15.74 km/h

Kilométrage: 3:49 min/km

Place par parcours/Total: 28 (de 686)

Place par parcours/Femmes: 4 (de 143)

Meilleur temps dans le parcours: 35:30

Place par catégorie: 4(de 31)

Meilleur temps dans la catégorie: 35:30

Temps intermédiaires

Résultats d'étape

Résultat total

Poste	Etape		Etape		Etape		Place		Retard		Place		Retard		Total		Total		Total		Place		Retard		Place		Retard	
	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Femme	Femmes	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Femme	Femmes	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Femme	Femmes	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Femme	Femmes
Runde	2.00	7:28	3:44	4	0:32	5	0:32	2.00	7:28	3:44	30		3	0:32	2.00	7:28	3:44	30		3	0:32	2.00	7:28	3:44	30		3	0:32
Runde	2.00	7:40	3:50	4	0:33	4	0:33	4.00	15:08	3:46	30		3	1:05	4.00	15:08	3:46	30		3	1:05	4.00	15:08	3:46	30		3	1:05
Runde	2.00	7:42	3:51	4	0:32	4	0:32	6.00	22:50	3:48	28		3	1:37	6.00	22:50	3:48	28		3	1:37	6.00	22:50	3:48	28		3	1:37
Runde	2.00	7:43	3:51	4	0:30	4	0:30	8.00	30:33	3:49	28		3	2:07	8.00	30:33	3:49	28		3	2:07	8.00	30:33	3:49	28		3	2:07
Leichtathletikhalle	2.00	7:34	3:46	4	0:30	4	0:30	10.00	38:07	3:48	4	2:37	4	2:37	10.00	38:07	3:48	4	2:37	4	2:37	10.00	38:07	3:48	4	2:37	4	2:37