



7. Schlaubetal-Marathon  
Eisenhüttenstadt / 19.10.2013

Exploitation détaillée

Gehrke, Sylvia

Association: Potsdamer Laufclub  
Dossard: 686

Circuit: 43.00 km  
Cross-Marathon

Catégorie:  
Seniorinnen W45 (45-49 Jahre)

Temps total: 4:20:31

Vitesse: 9.90 km/h  
Kilométrage: 6:04 min/km

Place par parcours/Total: 66 (de 105)  
Place par parcours/Femmes: 13 (de 23)  
Meilleur temps dans le parcours: 3:37:16

Place par catégorie: 4(de 7)  
Meilleur temps dans la catégorie: 4:01:44

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		
Tour 1	11.60	1:06:33	5:44	5	18:39	15	18:39	11.60	1:06:33	5:44	4	4:00	12	1:30		
Tour 2	19.00	1:56:30	6:07	4	10:36	14	20:30	30.60	3:03:03	5:58	4	14:36	12	4:06		
Tour 3	1.70	18:02	10:36	3	0:50	10	3:12	32.30	3:21:05	6:13	4	15:26	12	3:19		
Dernier temps A	10.70	59:26	5:33	3	3:21	9	11:18	43.00	4:20:31	6:03	4	18:47	13	43:15		