



# 40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

## Exploitation détaillée

**Knothe, Simone**

Association: Hörselberg-Hainich

Dossard: 1468

Circuit: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

Catégorie:

Seniorinnen W30 (30-39 Jahre)

Temps total: 49:10

Vitesse: 12.20 km/h

Kilométrage: 4:55 min/km

Place par parcours/Total: 300 (de 686)

Place par parcours/Femmes: 29 (de 143)

Meilleur temps dans le parcours: 35:30

Place par catégorie: 8(de 32)

Meilleur temps dans la catégorie: 40:27

### Temps intermédiaires

### Résultats d'étape

### Résultat total

Poste	Etape		Etape		Etape		Place		Retard		Place		Retard		Total		Total		Total		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	Place	Retard	
Runde	2.00	9:46	4:53	6	2:33	25	2:50	2.00	9:46	4:53	5		105	2:50										
Runde	2.00	9:31	4:45	7	1:36	27	2:24	4.00	19:17	4:49	5		105	5:14										
Runde	2.00	9:47	4:53	8	1:33	29	2:37	6.00	29:04	4:50	5		105	7:51										
Runde	2.00	9:59	4:59	8	1:27	28	2:46	8.00	39:03	4:52	4		105	10:37										
Leichtathletikhall	2.00	10:07	5:03	13	1:38	42	3:03	10.00	49:10	4:54	8	8:43	29	13:40										