



# 40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

## Exploitation détaillée

### Frießleben, Antje

Association: Dresden

Dossard: 1799

Circuit: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

Catégorie:

Seniorinnen W30 (30-39 Jahre)

Temps total: 58:16

Vitesse: 10.30 km/h

Kilométrage: 5:50 min/km

Place par parcours/Total: 594 (de 686)

Place par parcours/Femmes: 101 (de 143)

Meilleur temps dans le parcours: 35:30

Place par catégorie: 23(de 32)

Meilleur temps dans la catégorie: 40:27

### Temps intermédiaires

### Résultats d'étape

### Résultat total

Poste	Etape		Etape min/km	Place catg.	Retard catg.	Etape		Total km	Total Temps	Total min/km	Place catg.	Retard catg.	Place Femme	Retard Femmes
	km	Temps				Place	Retard							
Runde	2.00	12:18	6:09	30	5:05	114	5:22	2.00	12:18	6:09	4	0:30	67	5:22
Runde	2.00	11:33	5:46	26	3:38	105	4:26	4.00	23:51	5:57	4	1:17	110	9:48
Runde	2.00	11:29	5:44	24	3:15	100	4:19	6.00	35:20	5:53	4	2:00	110	14:07
Runde	2.00	11:35	5:47	22	3:03	95	4:22	8.00	46:55	5:51	3		110	18:29
Leichtathletikhalle	2.00	11:21	5:40	19	2:52	93	4:17	10.00	58:16	5:49	23	17:49	101	22:46