



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

Exploitation détaillée

Seifert, Manuela

Association: MTV 1861

Dossard: 1192

Circuit: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

Catégorie:

Seniorinnen W40 (40-49 Jahre)

Temps total: 57:58

Vitesse: 10.35 km/h

Kilométrage: 5:48 min/km

Place par parcours/Total: 589 (de 686)

Place par parcours/Femmes: 97 (de 143)

Meilleur temps dans le parcours: 35:30

Place par catégorie: 32(de 49)

Meilleur temps dans la catégorie: 44:06

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	12:12	6:05	32	3:34	110	5:16	2.00	12:12	6:05	17	0:56	77	5:16
Runde	2.00	11:24	5:42	30	2:41	95	4:17	4.00	23:36	5:54	17	1:40	77	9:33
Runde	2.00	11:22	5:41	30	2:40	95	4:12	6.00	34:58	5:49	17	2:08	77	13:45
Runde	2.00	11:27	5:43	30	2:32	91	4:14	8.00	46:25	5:48	17	2:18	77	17:59
Leichtathletikhalle	2.00	11:33	5:46	35	2:43	108	4:29	10.00	57:58	5:47	32	13:52	97	22:28