



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

Exploitation détaillée

Linow, Michaela

Association: Erfurt

Dossard: 505

Circuit: 4.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelhünigen

Catégorie:

Seniorinnen W30 (30-39 Jahre)

Temps total: 20:40

Vitesse: 11.61 km/h

Kilométrage: 5:10 min/km

Place par parcours/Total: 192 (de 477)

Place par parcours/Femmes: 37 (de 162)

Meilleur temps dans le parcours: 14:18

Place par catégorie: 2(de 21)

Meilleur temps dans la catégorie: 19:35

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	10:36	5:17	3	0:45	45	3:34	2.00	10:36	5:17	12		23	3:28
Leichtathletikhalle	2.00	10:04	5:01	3	0:20	37	2:48	4.00	20:40	5:10	2	1:05	38	6:22