



# 40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

## Exploitation détaillée

**Niodus, Martina**

Association: Erfurt

Dossard: 587

Circuit: 4.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelhünigen

Catégorie:

Seniorinnen W40 (40-49 Jahre)

Temps total: 20:55

Vitesse: 11.47 km/h

Kilométrage: 5:14 min/km

Place par parcours/Total: 205 (de 477)

Place par parcours/Femmes: 42 (de 162)

Meilleur temps dans le parcours: 14:18

Place par catégorie: 5(de 37)

Meilleur temps dans la catégorie: 19:05

### Temps intermédiaires

### Résultats d'étape

### Résultat total

Poste	Etape		Etape		Etape		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	
Runde	2.00	10:55	5:27	7	1:28	54	3:53	2.00	10:55	5:27	23		27	3:47								
Leichtathletikh	2.00	10:00	5:00	4	0:31	36	2:44	4.00	20:55	5:13	5	1:50	43	6:37								