



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

Exploitation détaillée

Milsch, Heidi

Association: Stuttgart

Dossard: 281

Circuit: 4.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelhünningen

Catégorie:

Seniorinnen W30 (30-39 Jahre)

Temps total: 19:35

Vitesse: 12.26 km/h

Kilométrage: 4:54 min/km

Place par parcours/Total: 156 (de 477)

Place par parcours/Femmes: 30 (de 162)

Meilleur temps dans le parcours: 14:18

Place par catégorie: 1(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	9:51	4:55	1	-	33	2:49	2.00	9:51	4:55	21	-	31	2:43
Leichtathletikhalle	2.00	9:44	4:51	1	-	31	2:28	4.00	19:35	4:53	1	-	31	5:17