



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

Exploitation détaillée

Herz, Julia

Association: Erfurt

Dossard: 259

Circuit: 4.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelhünigen

Catégorie:

Seniorinnen W30 (30-39 Jahre)

Temps total: 22:30

Vitesse: 10.67 km/h

Kilométrage: 5:37 min/km

Place par parcours/Total: 301 (de 477)

Place par parcours/Femmes: 73 (de 162)

Meilleur temps dans le parcours: 14:18

Place par catégorie: 8(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	11:30	5:45	10	1:39	79	4:28	2.00	11:30	5:45	19		40	4:22
Leichtathletikhalle	2.00	11:00	5:30	7	1:16	67	3:44	4.00	22:30	5:37	8	2:55	74	8:12