



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

Exploitation détaillée

Waschkowski, Rita

Association: Marineclub Gotha

Dossard: 273

Circuit: 4.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelhünigen

Catégorie:

Seniorinnen W50 (50-59 Jahre)

Temps total: 23:10

Vitesse: 10.36 km/h

Kilométrage: 5:47 min/km

Place par parcours/Total: 343 (de 477)

Place par parcours/Femmes: 91 (de 162)

Meilleur temps dans le parcours: 14:18

Place par catégorie: 8(de 14)

Meilleur temps dans la catégorie: 20:18

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	11:23	5:41	5	1:05	72	4:21	2.00	11:23	5:41	2	1:05	42	4:15
Leichtathletikhalle	2.00	11:47	5:53	8	1:48	106	4:31	4.00	23:10	5:47	8	2:52	92	8:52