



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

Exploitation détaillée

Fritsch, Manuela

Association: Laufgruppe LRA

Dossard: 551

Circuit: 4.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelhünfen

Catégorie:

Seniorinnen W40 (40-49 Jahre)

Temps total: 23:13

Vitesse: 10.34 km/h

Kilométrage: 5:48 min/km

Place par parcours/Total: 347 (de 477)

Place par parcours/Femmes: 94 (de 162)

Meilleur temps dans le parcours: 14:18

Place par catégorie: 18(de 37)

Meilleur temps dans la catégorie: 19:05

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	11:43	5:51	16	2:16	91	4:41	2.00	11:43	5:51	8		109	4:35
Leichtathletikhalle	2.00	11:30	5:45	22	2:01	97	4:14	4.00	23:13	5:48	18	4:08	95	8:55