



# 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 Mittelhünigen

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          |