



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

Exploitation détaillée

Rauch, Uta

Association: SSV Erfurt Nord e.V.

Dossard: 37

Circuit: 4.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelhünigen

Catégorie:

Seniorinnen W40 (40-49 Jahre)

Temps total: 22:08

Vitesse: 10.84 km/h

Kilométrage: 5:32 min/km

Place par parcours/Total: 278 (de 477)

Place par parcours/Femmes: 61 (de 162)

Meilleur temps dans le parcours: 14:18

Place par catégorie: 9(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	11:51	5:55	18	2:24	95	4:49	2.00	11:51	5:55	14		137	4:43
Leichtathletikhall	2.00	10:17	5:08	6	0:48	42	3:01	4.00	22:08	5:31	9	3:03	62	7:50