



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

Exploitation détaillée

Zscharnt, Ina

Association: DAV Inselberg

Dossard: 36

Circuit: 4.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelhünigen

Catégorie:

Seniorinnen W40 (40-49 Jahre)

Temps total: 29:39

Vitesse: 8.09 km/h

Kilométrage: 7:25 min/km

Place par parcours/Total: 471 (de 477)

Place par parcours/Femmes: 157 (de 162)

Meilleur temps dans le parcours: 14:18

Place par catégorie: 36(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	14:53	7:26	37	5:26	161	7:51	2.00	14:53	7:26	18	1:17	150	7:45
Leichtathletikhalle	2.00	14:46	7:23	36	5:17	154	7:30	4.00	29:39	7:24	36	10:34	158	15:21