



# 40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

## Exploitation détaillée

Frischknecht, Laura

Association: Sömmerda

Dossard: 597

Circuit: 4.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelhünningen

Catégorie:

weibliche Jugend U18 (16-17 Jahre)

Temps total: 30:22

Vitesse: 7.90 km/h

Kilométrage: 7:35 min/km

Place par parcours/Total: 475 (de 477)

Place par parcours/Femmes: 161 (de 162)

Meilleur temps dans le parcours: 14:18

Place par catégorie: 10(de 10)

Meilleur temps dans la catégorie: 15:17

### Temps intermédiaires

### Résultats d'étape

### Résultat total

Poste	Etape		Etape		Etape		Place		Retard		Place		Retard		Total		Total		Total		Place		Retard		Place		Retard		
	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Femme	Femmes	catg.	catg.	Femme	Femmes	catg.	catg.	Femme	Femmes	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Femme	Femmes	catg.	catg.	Femme	Femmes	catg.	catg.	Femme
Runde	2.00	14:05	7:02	10	6:44	154	7:03								2.00	14:05	7:02	9	5:02	68	6:57								
Leichtathletikhalle	2.00	16:17	8:08	10	8:21	162	9:01								4.00	30:22	7:35	10	15:05	162	16:04								