



# 40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

## Exploitation détaillée

### Ragoschat, Ornett

Association: Erfurt

Dossard: 549

Circuit: 4.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelhünigen

Catégorie:

Seniorinnen W30 (30-39 Jahre)

Temps total: 21:28

Vitesse: 11.18 km/h

Kilométrage: 5:22 min/km

Place par parcours/Total: 236 (de 477)

Place par parcours/Femmes: 50 (de 162)

Meilleur temps dans le parcours: 14:18

Place par catégorie: 5(de 21)

Meilleur temps dans la catégorie: 19:35

### 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                 | 10:49       | 5:24         | 4                 | 0:58         | 51          | 3:47          | 2.00           | 10:49       | 5:24         | 2           |              | 155         | 3:41          |
| Leichtathletikhalle | 2.00                 | 10:39       | 5:19         | 4                 | 0:55         | 56          | 3:23          | 4.00           | 21:28       | 5:21         | 5           | 1:53         | 51          | 7:10          |