



# 40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

## Exploitation détaillée

**Debertshäuser, Steffi**

Association: Sv-Sömmerda

Dossard: 1037

Circuit: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

Catégorie:

Seniorinnen W40 (40-49 Jahre)

Temps total: 44:06

Vitesse: 13.61 km/h

Kilométrage: 4:25 min/km

Place par parcours/Total: 123 (de 686)

Place par parcours/Femmes: 10 (de 143)

Meilleur temps dans le parcours: 35:30

Place par catégorie: 1(de 49)

Meilleur temps dans la catégorie: 44:06

### 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 | km    | Temps  | min/km | catg. | catg. | Femme  | Femmes | km    | Temps | min/km | catg. | catg. | Femme | Femmes | km | Temps  | min/km | catg. | catg. | Femme  | Femmes |  |
| Runde               | 2.00  | 8:56  | 4:28   | 2     | 0:18  | 15    | 2:00   | 2.00  | 8:56   | 4:28   | 38    |       | 10     | 2:00   | 2.00  | 8:56  | 4:28   | 38    |       | 10    | 2:00   |    |        |        |       |       |        |        |  |
| Runde               | 2.00  | 8:43  | 4:21   | 1     | -     | 10    | 1:36   | 4.00  | 17:39  | 4:24   | 38    |       | 10     | 3:36   | 4.00  | 17:39 | 4:24   | 38    |       | 10    | 3:36   |    |        |        |       |       |        |        |  |
| Runde               | 2.00  | 8:42  | 4:20   | 1     | -     | 11    | 1:32   | 6.00  | 26:21  | 4:23   | 38    |       | 10     | 5:08   | 6.00  | 26:21 | 4:23   | 38    |       | 10    | 5:08   |    |        |        |       |       |        |        |  |
| Runde               | 2.00  | 8:55  | 4:27   | 1     | -     | 11    | 1:42   | 8.00  | 35:16  | 4:24   | 38    |       | 10     | 6:50   | 8.00  | 35:16 | 4:24   | 38    |       | 10    | 6:50   |    |        |        |       |       |        |        |  |
| Leichtathletikhalle | 2.00  | 8:50  | 4:25   | 1     | -     | 12    | 1:46   | 10.00 | 44:06  | 4:24   | 1     | -     | 10     | 8:36   | 10.00 | 44:06 | 4:24   | 1     | -     | 10    | 8:36   |    |        |        |       |       |        |        |  |