



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

Exploitation détaillée

Kirchner, Manuela

Association: KS-Sportworld

Dossard: 555

Circuit: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

Catégorie:

Seniorinnen W30 (30-39 Jahre)

Temps total: 55:25

Vitesse: 10.83 km/h

Kilométrage: 5:32 min/km

Place par parcours/Total: 530 (de 686)

Place par parcours/Femmes: 79 (de 143)

Meilleur temps dans le parcours: 35:30

Place par catégorie: 17(de 32)

Meilleur temps dans la catégorie: 40:27

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	10:59	5:29	10	3:46	58	4:03	2.00	10:59	5:29	21		33	4:03
Runde	2.00	10:33	5:16	14	2:38	63	3:26	4.00	21:32	5:23	21		33	7:29
Runde	2.00	11:00	5:30	18	2:46	82	3:50	6.00	32:32	5:25	21		33	11:19
Runde	2.00	11:21	5:40	19	2:49	86	4:08	8.00	43:53	5:29	20		33	15:27
Leichtathletikhalle	2.00	11:32	5:46	25	3:03	105	4:28	10.00	55:25	5:32	17	14:58	79	19:55