



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

Exploitation détaillée

Ihlefeld, Yvonne

Association: Schönebeck

Dossard: 676

Circuit: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

Catégorie:

Seniorinnen W30 (30-39 Jahre)

Temps total: 54:13

Vitesse: 11.07 km/h

Kilométrage: 5:25 min/km

Place par parcours/Total: 495 (de 686)

Place par parcours/Femmes: 66 (de 143)

Meilleur temps dans le parcours: 35:30

Place par catégorie: 13(de 32)

Meilleur temps dans la catégorie: 40:27

Temps intermédiaires

Résultats d'étape

Résultat total

Poste	Etape		Etape		Etape		Place		Retard		Place		Retard		Total		Total		Total		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	11:00	5:30	12	3:47	60	4:04	2.00	11:00	5:30	24		35	4:04																
Runde	2.00	10:26	5:13	13	2:31	59	3:19	4.00	21:26	5:21	24		35	7:23																
Runde	2.00	10:46	5:23	14	2:32	62	3:36	6.00	32:12	5:22	24		35	10:59																
Runde	2.00	11:02	5:30	16	2:30	71	3:49	8.00	43:14	5:24	23		35	14:48																
Leichtathletikhalle	2.00	10:59	5:29	16	2:30	81	3:55	10.00	54:13	5:25	13	13:46	66	18:43																