



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

Exploitation détaillée

Stephan, Helen

Association: Erfurt

Dossard: 1173

Circuit: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

Catégorie:

Frauen (20-29 Jahre)

Temps total: 58:11

Vitesse: 10.31 km/h

Kilométrage: 5:49 min/km

Place par parcours/Total: 593 (de 686)

Place par parcours/Femmes: 100 (de 143)

Meilleur temps dans le parcours: 35:30

Place par catégorie: 21(de 31)

Meilleur temps dans la catégorie: 35:30

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	12:18	6:09	24	5:22	114	5:22	2.00	12:18	6:09	1	-	67	5:22	2.00	12:18	6:09	1	-	67	5:22	2.00	12:18	6:09	1	-	67	5:22
Runde	2.00	11:28	5:44	22	4:21	101	4:21	4.00	23:46	5:56	1	-	67	9:43	4.00	23:46	5:56	1	-	67	9:43	4.00	23:46	5:56	1	-	67	9:43
Runde	2.00	11:20	5:40	21	4:10	94	4:10	6.00	35:06	5:51	15	4:59	67	13:53	6.00	35:06	5:51	15	4:59	67	13:53	6.00	35:06	5:51	15	4:59	67	13:53
Runde	2.00	11:35	5:47	20	4:22	95	4:22	8.00	46:41	5:50	15	5:31	67	18:15	8.00	46:41	5:50	15	5:31	67	18:15	8.00	46:41	5:50	15	5:31	67	18:15
Leichtathletikhalle	2.00	11:30	5:45	23	4:26	102	4:26	10.00	58:11	5:49	21	22:41	100	22:41	10.00	58:11	5:49	21	22:41	100	22:41	10.00	58:11	5:49	21	22:41	100	22:41