



# 40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

## Exploitation détaillée

**Gädke, Michaela**

Association: Erfurt

Dossard: 1348

Circuit: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

Catégorie:

Seniorinnen W30 (30-39 Jahre)

Temps total: 54:20

Vitesse: 11.04 km/h

Kilométrage: 5:26 min/km

Place par parcours/Total: 501 (de 686)

Place par parcours/Femmes: 69 (de 143)

Meilleur temps dans le parcours: 35:30

Place par catégorie: 15(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                 | 11:56       | 5:58         | 25          | 4:43              | 101         | 5:00          | 2.00     | 11:56          | 5:58         | 14          | 0:08         | 69          | 5:00          |
| Runde               | 2.00                 | 10:46       | 5:23         | 16          | 2:51              | 76          | 3:39          | 4.00     | 22:42          | 5:40         | 14          | 0:08         | 69          | 8:39          |
| Runde               | 2.00                 | 10:04       | 5:01         | 11          | 1:50              | 37          | 2:54          | 6.00     | 32:46          | 5:27         | 14          |              | 69          | 11:33         |
| Runde               | 2.00                 | 10:44       | 5:21         | 14          | 2:12              | 61          | 3:31          | 8.00     | 43:30          | 5:26         | 13          |              | 69          | 15:04         |
| Leichtathletikhalle | 2.00                 | 10:50       | 5:25         | 15          | 2:21              | 75          | 3:46          | 10.00    | 54:20          | 5:26         | 15          | 13:53        | 69          | 18:50         |