



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

Exploitation détaillée

rothkegel, ilona

Association: erfurt

Dossard: 1103

Circuit: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

Catégorie:

Seniorinnen W60 (60-69 Jahre)

Temps total: 52:02

Vitesse: 11.53 km/h

Kilométrage: 5:12 min/km

Place par parcours/Total: 418 (de 686)

Place par parcours/Femmes: 51 (de 143)

Meilleur temps dans le parcours: 35:30

Place par catégorie: 2(de 3)

Meilleur temps dans la catégorie: 50:15

Temps intermédiaires

Résultats d'étape

Résultat total

Poste	Etape		Etape	Place	Retard	Place		Total	Total	Total	Place	Retard	Place	Retard
	km	Temps				min/km	catg.							
Runde	2.00	11:00	5:30	2	1:04	60	4:04	2.00	11:00	5:30	2	1:04	35	4:04
Runde	2.00	10:05	5:02	2	0:18	41	2:58	4.00	21:05	5:16	2	1:22	70	7:02
Runde	2.00	10:13	5:06	2	0:10	44	3:03	6.00	31:18	5:13	2	1:32	70	10:05
Runde	2.00	10:21	5:10	2	0:04	46	3:08	8.00	41:39	5:12	2	1:36	70	13:13
Leichtathletikhalle	2.00	10:23	5:11	2	0:11	56	3:19	10.00	52:02	5:12	2	1:47	51	16:32