



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

Exploitation détaillée

Sommerfeld, Sylvia

Association: Erfurt

Dossard: 1018

Circuit: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

Catégorie:

Seniorinnen W40 (40-49 Jahre)

Temps total: 59:23

Vitesse: 10.10 km/h

Kilométrage: 5:56 min/km

Place par parcours/Total: 615 (de 686)

Place par parcours/Femmes: 110 (de 143)

Meilleur temps dans le parcours: 35:30

Place par catégorie: 37(de 49)

Meilleur temps dans la catégorie: 44:06

Temps intermédiaires

Résultats d'étape

Résultat total

Poste	Etape		Etape	Place	Retard	Etape		Total	Total	Total	Place	Retard	Place	Retard
	km	Temps				min/km	catg.							
Runde	2.00	12:38	6:18	42	4:00	125	5:42	2.00	12:38	6:18	47	1:22	58	5:42
Runde	2.00	11:41	5:50	36	2:58	111	4:34	4.00	24:19	6:04	47	2:23	73	10:16
Runde	2.00	11:39	5:49	34	2:57	103	4:29	6.00	35:58	5:59	8	3:08	73	14:45
Runde	2.00	12:01	6:00	39	3:06	110	4:48	8.00	47:59	5:59	47	3:52	73	19:33
Leichtathletikhalle	2.00	11:24	5:42	33	2:34	95	4:20	10.00	59:23	5:56	37	15:17	110	23:53