



# 40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

## Exploitation détaillée

Heckel, Antje

Association: Bienstädt

Dossard: 1188

Circuit: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

Catégorie:

Seniorinnen W40 (40-49 Jahre)

Temps total: 1:00:48

Vitesse: 9.87 km/h

Kilométrage: 6:05 min/km

Place par parcours/Total: 638 (de 686)

Place par parcours/Femmes: 121 (de 143)

Meilleur temps dans le parcours: 35:30

Place par catégorie: 40(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	11:58	5:59	30	3:20	102	5:02	2.00	11:58	5:59	5	0:42	39	5:02
Runde	2.00	11:50	5:55	39	3:07	119	4:43	4.00	23:48	5:57	5	1:52	60	9:45
Runde	2.00	12:19	6:09	44	3:37	127	5:09	6.00	36:07	6:01	5	3:17	89	14:54
Runde	2.00	12:28	6:14	44	3:33	125	5:15	8.00	48:35	6:04	5	4:28	89	20:09
Leichtathletikhall	2.00	12:13	6:06	42	3:23	127	5:09	10.00	1:00:48	6:04	40	16:42	121	25:18