



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

Exploitation détaillée

Rieß, Heike

Association: Erfurt

Dossard: 218

Circuit: 4.00 km

Pokal der Sparkasse Mittelthüringen

Catégorie:

Seniorinnen W40 (40-49 Jahre)

Temps total: 30:13

Vitesse: 7.94 km/h

Kilométrage: 7:33 min/km

Place par parcours/Total: 434 (de 446)

Place par parcours/Femmes: 161 (de 168)

Meilleur temps dans le parcours: 13:59

Place par catégorie: 31(de 33)

Meilleur temps dans la catégorie: 19:04

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 Kurzstrecke	2.00	15:00	7:30	31	5:33	160	8:05	2.00	15:00	7:30	4	1:53	114	8:05
Leichtathletikhalle	2.00	15:13	7:36	31	5:54	157	8:09	4.00	30:13	7:33	31	11:09	161	16:14