



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

Exploitation détaillée

Spittel, Heike

Dossard: 480

Circuit: 4.00 km

Pokal der Sparkasse Mittelthüringen

Catégorie:

Seniorinnen W40 (40-49 Jahre)

Temps total: 22:02

Vitesse: 10.89 km/h

Kilométrage: 5:31 min/km

Place par parcours/Total: 209 (de 446)

Place par parcours/Femmes: 50 (de 168)

Meilleur temps dans le parcours: 13:59

Place par catégorie: 8(de 33)

Meilleur temps dans la catégorie: 19:04

Temps intermédiaires

Résultats d'étape

Résultat total

Poste	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	11:25	5:42	8	1:58	56	4:30	2.00	11:25	5:42	30		22	4:30
Leichtathletikhalle	2.00	10:37	5:18	7	1:18	39	3:33	4.00	22:02	5:30	8	2:58	50	8:03