



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

Exploitation détaillée

Lessander, Gudrun

Dossard: 497

Circuit: 4.00 km

Pokal der Sparkasse Mittelthüringen

Catégorie:

Seniorinnen W40 (40-49 Jahre)

Temps total: 31:21

Vitesse: 7.66 km/h

Kilométrage: 7:50 min/km

Place par parcours/Total: 442 (de 446)

Place par parcours/Femmes: 167 (de 168)

Meilleur temps dans le parcours: 13:59

Place par catégorie: 33(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	15:26	7:43	33	5:59	166	8:31	2.00	15:26	7:43	12	2:19	157	8:31
Leichtathletikhalle	2.00	15:55	7:57	33	6:36	166	8:51	4.00	31:21	7:50	33	12:17	167	17:22