



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

□□□□

Kahl, Lilith

□□: Die flinken Gerataler/SV Olympia Neustadt

□□: 1652

□□: 10.00 km

Vintage VDB Lauf

□□□□:

Seniorinnen W30 (30-39 Jahre)

□□□: 52:14

□□: 11.49 km/h

□□□□: 5:13 min/km

□□□□□/□□□: 322 (of 637)

□□□□□/□: 34 (of 144)

□□□□□□: 38:07

□□□□□: 12(of 39)

□□□□□□□: 38:07

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde Langstrec	2.00	10:57	5:28	17	3:37	44	3:37	2.00	10:57	5:28	21	1:23	22	3:37
Runde Langstrec	2.00	10:10	5:04	10	2:33	32	2:33	4.00	21:07	5:16	21	2:07	15	6:10
Runde Langstrec	2.00	10:16	5:08	8	2:30	29	2:30	6.00	31:23	5:13	21	3:02	22	8:40
Runde Langstrec	2.00	10:25	5:12	10	2:39	31	2:39	8.00	41:48	5:13	30	4:03	22	11:19
Leichtathletikhal	2.00	10:26	5:13	14	2:48	40	2:48	10.00	52:14	5:13	12	14:07	34	14:07