



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

□□□□

Liebelt, Kathrin

□□: SV 90 Nordhausen Triathlon

□□: 1458

□□: 10.00 km

Vintage VDB Lauf

□□□□:

Seniorinnen W30 (30-39 Jahre)

□□□: 59:18

□□: 10.12 km/h

□□□□: 5:56 min/km

□□□□□/□□□: 536 (of 637)

□□□□□/□: 91 (of 144)

□□□□□□: 38:07

□□□□□: 30(of 39)

□□□□□□□: 38:07

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde Langstrec	2.00	11:10	5:34	22	3:50	55	3:50	2.00	11:10	5:34	5	1:36	60	3:50
Runde Langstrec	2.00	11:52	5:56	33	4:15	104	4:15	4.00	23:02	5:45	5	4:02	60	8:05
Runde Langstrec	2.00	12:03	6:01	33	4:17	108	4:17	6.00	35:05	5:50	5	6:44	60	12:22
Runde Langstrec	2.00	12:10	6:04	31	4:24	103	4:24	8.00	47:15	5:54	5	9:30	60	16:46
Leichtathletikhal	2.00	12:03	6:01	32	4:25	106	4:25	10.00	59:18	5:55	30	21:11	91	21:11