



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

□□□□

Jesche, Dagmar

□□: SV Sömmerda

□□: 1283

□□: 10.00 km

Vintage VDB Lauf

□□□□:

Seniorinnen W50 (50-59 Jahre)

□□□: 58:00

□□: 10.34 km/h

□□□□: 5:48 min/km

□□□□□/□□□: 500 (of 637)

□□□□□/□: 79 (of 144)

□□□□□□: 38:07

□□□□□: 10(of 25)

□□□□□□□: 47:51

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde Langstrec	2.00	12:44	6:21	15	3:33	112	5:24	2.00	12:44	6:21	20		75	5:24
Runde Langstrec	2.00	11:43	5:51	11	2:17	99	4:06	4.00	24:27	6:06	20		64	9:30
Runde Langstrec	2.00	11:14	5:36	9	1:38	68	3:28	6.00	35:41	5:56	20		75	12:58
Runde Langstrec	2.00	11:17	5:38	9	1:28	64	3:31	8.00	46:58	5:52	18		75	16:29
Leichtathletikh	2.00	11:02	5:30	7	1:13	60	3:24	10.00	58:00	5:47	10	10:09	79	19:53