



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

0000

Heyn, Helene

00: Ifta

00: 1177

00: 10.00 km

Vintage VDB Lauf

0000:

weibliche Jugend U20 (18-19 Jahre)

000: 59:39

00: 10.06 km/h

0000: 5:58 min/km

00000/000: 550 (of 637)

00000/0: 98 (of 144)

000000: 38:07

00000: 5(of 9)

0000000: 46:42

0000

0000

000

000	00 km	00 00	00 min/km	00 -	00 -	00 0	00 0	000	000 00	000 min/km	00 -	00 -	00 0	00 0
Runde Langstrec	2.00	12:31	6:15	5	3:37	104	5:11	2.00	12:31	6:15	5	3:37	88	5:11
Runde Langstrec	2.00	11:57	5:58	6	2:40	105	4:20	4.00	24:28	6:06	6	6:17	96	9:31
Runde Langstrec	2.00	11:40	5:49	5	2:11	85	3:54	6.00	36:08	6:01	6	8:28	56	13:25
Runde Langstrec	2.00	12:11	6:05	4	2:28	105	4:25	8.00	48:19	6:02	5	10:56	92	17:50
Leichtathletikhal	2.00	11:20	5:40	5	2:01	79	3:42	10.00	59:39	5:57	5	12:57	98	21:32