



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

□□□□

Pausch, Nancy

□□: Erfurt

□□: 1019

□□: 10.00 km

Vintage VDB Lauf

□□□□:

Seniorinnen W30 (30-39 Jahre)

□□□: 1:03:53

□□: 9.39 km/h

□□□□: 6:23 min/km

□□□□□/□□□: 601 (of 637)

□□□□□/□: 126 (of 144)

□□□□□□: 38:07

□□□□□: 38(of 39)

□□□□□□□: 38:07

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde Langstrec	2.00	12:45	6:22	33	5:25	113	5:25	2.00	12:45	6:22	13	3:11	50	5:25
Runde Langstrec	2.00	12:32	6:15	37	4:55	129	4:55	4.00	25:17	6:19	13	6:17	105	10:20
Runde Langstrec	2.00	12:41	6:20	36	4:55	120	4:55	6.00	37:58	6:19	13	9:37	116	15:15
Runde Langstrec	2.00	13:10	6:34	39	5:24	127	5:24	8.00	51:08	6:23	12	13:23	107	20:39
Leichtathletikhal	2.00	12:45	6:22	37	5:07	124	5:07	10.00	1:03:53	6:23	38	25:46	126	25:46