



# 41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

□□□□

Hirsch, Cora

□□: Jena

□□: 1346

□□: 10.00 km

Vintage VDB Lauf

□□□□:

Frauen (20-29 Jahre)

□□□: 54:33

□□: 11.00 km/h

□□□□: 5:28 min/km

□□□□□/□□□: 400 (of 637)

□□□□□/□: 47 (of 144)

□□□□□□: 38:07

□□□□□: 13(of 24)

□□□□□□□: 42:00

□□□□

□□□□

□□□

| □□□             | □□<br>km | □□<br>□□ | □□<br>min/km | □□<br>- | □□<br>- | □□<br>□ | □□<br>□ | □□□   | □□□<br>□□ | □□□<br>min/km | □□<br>- | □□<br>- | □□<br>□ | □□<br>□ |
|-----------------|----------|----------|--------------|---------|---------|---------|---------|-------|-----------|---------------|---------|---------|---------|---------|
| Runde Langstrec | 2.00     | 11:42    | 5:50         | 16      | 3:15    | 76      | 4:22    | 2.00  | 11:42     | 5:50          | 8       |         | 120     | 4:22    |
| Runde Langstrec | 2.00     | 10:33    | 5:16         | 13      | 2:06    | 43      | 2:56    | 4.00  | 22:15     | 5:33          | 8       |         | 32      | 7:18    |
| Runde Langstrec | 2.00     | 10:48    | 5:24         | 13      | 2:27    | 46      | 3:02    | 6.00  | 33:03     | 5:30          | 8       |         | 120     | 10:20   |
| Runde Langstrec | 2.00     | 10:55    | 5:27         | 13      | 2:28    | 47      | 3:09    | 8.00  | 43:58     | 5:29          | 8       |         | 111     | 13:29   |
| Leichtathletikh | 2.00     | 10:35    | 5:17         | 13      | 2:17    | 43      | 2:57    | 10.00 | 54:33     | 5:27          | 13      | 12:33   | 47      | 16:26   |