



# 39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

□□□□

**Konschak, Katja**

□□□: 14:23

□□: Triathlon Nordhausen

□□: 16.69 km/h

□□: 324

□□□□: 3:36 min/km

□□: 4.00 km

□□□□□/□□□: 15 (of 389)

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelhüringen

□□□□□/□: 2 (of 140)

□□□□□□: 14:03

□□□□:

□□□□□: 1(of 20)

Seniorinnen W30 (30-39 Jahre)

□□□□□□□: 14:23

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	6:59	3:29	1	-	1	-	2.00	6:59	3:29	20	-	2	
Leichtathletikhalt	2.00	7:24	3:42	1	-	2	0:20	4.00	14:23	3:35	1	-	2	0:20