



# 39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

□□□□

**Janssen, Sylvia**

□□□: 18:24

□□: Tri-Team TV Schiefbahn

□□: 13.04 km/h

□□: 65

□□□□: 4:36 min/km

□□: 4.00 km

□□□□□/□□□: 85 (of 389)

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelhüringen

□□□□□/□: 17 (of 140)

□□□□□□: 14:03

□□□□:

□□□□□: 2(of 39)

Seniorinnen W40 (40-49 Jahre)

□□□□□□□: 15:39

□□□□

□□□□

□□□

| □□□               | □□<br>km | □□<br>□□ | □□<br>min/km | □□<br>- | □□<br>- | □□<br>□ | □□<br>□ | □□□  | □□□<br>□□ | □□□<br>min/km | □□<br>- | □□<br>- | □□<br>□ | □□<br>□ |
|-------------------|----------|----------|--------------|---------|---------|---------|---------|------|-----------|---------------|---------|---------|---------|---------|
| Runde             | 2.00     | 8:59     | 4:29         | 2       | 1:18    | 18      | 2:00    | 2.00 | 8:59      | 4:29          | 30      |         | 18      |         |
| Leichtathletikhäl | 2.00     | 9:25     | 4:42         | 2       | 1:27    | 19      | 2:21    | 4.00 | 18:24     | 4:35          | 2       | 2:45    | 17      | 4:21    |