



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

□□□□

Hammer, Uta

□□: Hainichläufer

□□: 1394

□□: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

□□□□:

Seniorinnen W50 (50-59 Jahre)

□□□: 1:02:48

□□: 9.55 km/h

□□□□: 6:17 min/km

□□□□□/□□□: 654 (of 686)

□□□□□/□: 130 (of 143)

□□□□□□: 35:30

□□□□□: 22(of 22)

□□□□□□□: 39:41

□□□□

□□□□

□□□

Strecke	Zeit km	Zeit min/km	Zeit min/km	Zeit min/km	Zeit min/km	Zeit min/km	Zeit min/km	Strecke	Zeit km	Zeit min/km	Zeit min/km	Zeit min/km	Zeit min/km	Zeit min/km	Zeit min/km
Runde	2.00	12:43	6:21	21	4:44	129	5:47	Runde	2.00	12:04	6:01	20	4:13	126	4:57
Runde	2.00	12:24	6:12	22	4:29	129	5:14	Runde	4.00	24:47	6:11	7	2:37	118	10:44
Runde	2.00	12:51	6:25	22	4:51	133	5:38	Runde	6.00	37:11	6:11	7	4:08	117	15:58
Leichtathletikhallen	2.00	12:46	6:23	22	4:50	133	5:42	Leichtathletikhallen	8.00	50:02	6:15	7	6:13	117	21:36
Leichtathletikhallen	2.00	12:46	6:23	22	4:50	133	5:42	Leichtathletikhallen	10.00	1:02:48	6:16	22	23:07	130	27:18