



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

Leipziger, Sabine

Leipziger, Sabine

Ort: Suhl

Weg: 1449

Weg: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

Wettbewerb:

Seniorinnen W40 (40-49 Jahre)

Zeit: 51:21

Tempo: 11.68 km/h

Tempo: 5:08 min/km

Platz: 395 (of 686)

Platz: 46 (of 143)

Tempo: 35:30

Platz: 13 (of 49)

Tempo: 44:06

Wettbewerb

Wettbewerb

Wettbewerb

Wettbewerb	km	Tempo	Tempo	Tempo	Tempo	Tempo	Tempo	Wettbewerb	km	Tempo	Tempo	Tempo	Tempo	Tempo	Tempo
Wettbewerb	km	Tempo	Tempo	Tempo	Tempo	Tempo	Tempo	Wettbewerb	km	Tempo	Tempo	Tempo	Tempo	Tempo	Tempo
Runde	2.00	10:34	5:16	15	1:56	45	3:38	2.00	10:34	5:16	16		96	3:38	
Runde	2.00	10:18	5:09	16	1:35	55	3:11	4.00	20:52	5:13	16		119	6:49	
Runde	2.00	10:12	5:05	8	1:30	43	3:02	6.00	31:04	5:10	16		118	9:51	
Runde	2.00	10:12	5:05	8	1:17	40	2:59	8.00	41:16	5:09	16		106	12:50	
Leichtathletikhall	2.00	10:05	5:02	9	1:15	41	3:01	10.00	51:21	5:08	13	7:15	46	15:51	