



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

0000

Hartwich, Gudrun

00: Erfurt Nord Gymnastik e.V.

00: 807

00: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

0000:

Seniorinnen W50 (50-59 Jahre)

000: 46:36

00: 12.88 km/h

0000: 4:40 min/km

00000/000: 202 (of 686)

00000/0: 18 (of 143)

000000: 35:30

00000: 3(of 22)

0000000: 39:41

0000

0000

000

000	00 km	00 00	00 min/km	00 -	00 -	00 0	00 0	000	000 km	000 00	000 min/km	00 -	00 -	00 0	00 0
Runde	2.00	9:20	4:40	3	1:21	18	2:24	2.00	9:20	4:40	4			132	2:24
Runde	2.00	9:07	4:33	3	1:16	19	2:00	4.00	18:27	4:36	4			21	4:24
Runde	2.00	9:27	4:43	4	1:32	21	2:17	6.00	27:54	4:38	4			131	6:41
Runde	2.00	9:26	4:43	3	1:26	19	2:13	8.00	37:20	4:40	4			131	8:54
Leichtathletikhall	2.00	9:16	4:38	3	1:20	20	2:12	10.00	46:36	4:39	3	6:55		18	11:06