



# 40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

0000

Schrader, Beate

000: 22:18

00: Erfurt

00: 10.76 km/h

00: 692

0000: 5:35 min/km

00: 4.00 km

00000/000: 290 (of 477)

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelhüringen

00000/0: 67 (of 162)

000000: 14:18

0000:

00000: 4(of 14)

Seniorinnen W50 (50-59 Jahre)

0000000: 20:18

0000

0000

000

| 000               | 00<br>km | 00<br>00 | 00<br>min/km | 00<br>- | 00<br>- | 00<br>0 | 00<br>0 | 000  | 000<br>km | 000<br>00 | 000<br>min/km | 00<br>- | 00<br>- | 00<br>0 | 00<br>0 |
|-------------------|----------|----------|--------------|---------|---------|---------|---------|------|-----------|-----------|---------------|---------|---------|---------|---------|
| Runde             | 2.00     | 11:13    | 5:36         | 3       | 0:55    | 66      | 4:11    | 2.00 | 11:13     | 5:36      | 3             | 0:55    | 48      | 4:05    |         |
| Leichtathletikhal | 2.00     | 11:05    | 5:32         | 4       | 1:06    | 76      | 3:49    | 4.00 | 22:18     | 5:34      | 4             | 2:00    | 68      | 8:00    |         |