



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

□□□□

Frischknecht, Yvonne

□□□: 24:50

□□: Sömmerda

□□: 9.66 km/h

□□: 598

□□□□: 6:13 min/km

□□: 4.00 km

□□□□□/□□□: 405 (of 477)

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelhüringen

□□□□□/□: 117 (of 162)

□□□□□□: 14:18

□□□□:

□□□□□: 26(of 37)

Seniorinnen W40 (40-49 Jahre)

□□□□□□□: 19:05

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	14:05	7:02	35	4:38	154	7:03	2.00	14:05	7:02	32	0:29	68	6:57
Leichtathletikhall	2.00	10:45	5:22	9	1:16	59	3:29	4.00	24:50	6:12	26	5:45	118	10:32