



# 40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

□□□□

**Gieland, Heike**

□□□: 26:09

□□: Gesund&Fit e.V. Erfurt

□□: 9.18 km/h

□□: 123

□□□□: 6:32 min/km

□□: 4.00 km

□□□□□/□□□: 439 (of 477)

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelhüringen

□□□□□/□: 135 (of 162)

□□□□□□: 14:18

□□□□:

□□□□□: 32(of 37)

Seniorinnen W40 (40-49 Jahre)

□□□□□□□: 19:05

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	13:15	6:37	30	3:48	142	6:13	2.00	13:15	6:37	5		100	6:07
Leichtathletikhall	2.00	12:54	6:27	31	3:25	131	5:38	4.00	26:09	6:32	32	7:04	136	11:51