



# 40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

□□□□

Dietzel, Vanessa

□□□: 24:00

□□: Jena

□□: 10.00 km/h

□□: 195

□□□□: 6:00 min/km

□□: 4.00 km

□□□□□/□□□: 377 (of 477)

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelhüringen

□□□□□/□: 109 (of 162)

□□□□□□: 14:18

□□□□:

□□□□□: 21(of 31)

Frauen (20-29 Jahre)

□□□□□□□: 14:18

□□□□

□□□□

□□□

| □□□                | □□<br>km | □□<br>□□ | □□<br>min/km | □□<br>- | □□<br>- | □□<br>□ | □□<br>□ | □□□  | □□□<br>□□ | □□□<br>min/km | □□<br>- | □□<br>- | □□<br>□ | □□<br>□ |
|--------------------|----------|----------|--------------|---------|---------|---------|---------|------|-----------|---------------|---------|---------|---------|---------|
| Runde              | 2.00     | 12:31    | 6:15         | 24      | 5:29    | 120     | 5:29    | 2.00 | 12:31     | 6:15          | 7       | 0:05    | 133     | 5:23    |
| Leichtathletikhall | 2.00     | 11:29    | 5:44         | 18      | 4:13    | 96      | 4:13    | 4.00 | 24:00     | 6:00          | 21      | 9:42    | 110     | 9:42    |