



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

□□□□

Haber, Anke

□□□: 22:33

□□: LSV 99 Bad Langensalza

□□: 10.64 km/h

□□: 533

□□□□: 5:38 min/km

□□: 4.00 km

□□□□□/□□□: 304 (of 477)

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelhüringen

□□□□□/□: 74 (of 162)

□□□□□□: 14:18

□□□□:

□□□□□: 14(of 37)

Seniorinnen W40 (40-49 Jahre)

□□□□□□□: 19:05

□□□□

□□□□

□□□

| □□□ | □□ km | □□ □□ | □□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ | □□□ | □□□ □□ | □□□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ |
|--------------------|----------|----------|--------------|---------|---------|---------|---------|------|-----------|---------------|---------|---------|---------|---------|
| Runde | 2.00 | 11:45 | 5:52 | 17 | 2:18 | 92 | 4:43 | 2.00 | 11:45 | 5:52 | 16 | | 143 | 4:37 |
| Leichtathletikhall | 2.00 | 10:48 | 5:24 | 11 | 1:19 | 62 | 3:32 | 4.00 | 22:33 | 5:38 | 14 | 3:28 | 75 | 8:15 |