



# 40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

□□□□

Ramm, Corinna

□□□: 18:57

□□: keiner

□□: 12.66 km/h

□□: 22

□□□□: 4:44 min/km

□□: 4.00 km

□□□□□/□□□: 133 (of 477)

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelhüringen

□□□□□/□: 25 (of 162)

□□□□□□: 14:18

□□□□:

□□□□□: 6(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     | 9:30     | 4:45         | 5       | 2:28    | 28      | 2:28    | 2.00 | 9:30      | 4:45          | 3       |         | 159     | 2:22    |
| Leichtathletikhall | 2.00     | 9:27     | 4:43         | 5       | 2:11    | 21      | 2:11    | 4.00 | 18:57     | 4:44          | 6       | 4:39    | 26      | 4:39    |