



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

Gläser, Carolin

Ausdauersportclub Apolda ACA

899

10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

Frauen (20-29 Jahre)

36:42

16.35 km/h

3:40 min/km

17 (of 686)

2 (of 143)

35:30

2(of 31)

35:30

Gläser, Carolin

36:42

17

Strecke	km	Zeit	km	Zeit	km	Zeit	km	Strecke	km	Zeit	km	Zeit	km	Zeit
Runde	2.00	7:10	3:35	2	0:14	2	0:14	2.00	7:10	3:35	31		2	0:14
Runde	2.00	7:20	3:39	3	0:13	3	0:13	4.00	14:30	3:37	29		2	0:27
Runde	2.00	7:23	3:41	2	0:13	2	0:13	6.00	21:53	3:38	29		2	0:40
Runde	2.00	7:26	3:43	2	0:13	2	0:13	8.00	29:19	3:39	29		2	0:53
Leichtathletikh	2.00	7:23	3:41	2	0:19	2	0:19	10.00	36:42	3:40	2	1:12	2	1:12