



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

0000

Robe, Karoline

00: LFV Oberholz - lauftraining.com

00: 1128

00: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

0000:

Frauen (20-29 Jahre)

000: 38:07

00: 15.74 km/h

0000: 3:49 min/km

00000/000: 28 (of 686)

00000/0: 4 (of 143)

000000: 35:30

00000: 4(of 31)

0000000: 35:30

0000

0000

000

000	00 km	00 00	00 min/km	00 -	00 -	00 0	00 0	000	000 km	000 00	000 min/km	00 -	00 -	00 0	00 0
Runde	2.00	7:28	3:44	4	0:32	5	0:32	2.00	7:28	3:44	30			3	0:32
Runde	2.00	7:40	3:50	4	0:33	4	0:33	4.00	15:08	3:46	30			3	1:05
Runde	2.00	7:42	3:51	4	0:32	4	0:32	6.00	22:50	3:48	28			3	1:37
Runde	2.00	7:43	3:51	4	0:30	4	0:30	8.00	30:33	3:49	28			3	2:07
Leichtathletikhall	2.00	7:34	3:46	4	0:30	4	0:30	10.00	38:07	3:48	4	2:37		4	2:37