



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

□□□□

Schaefer, Monika

□□: Erfurt

□□: 1057

□□: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

□□□□:

Seniorinnen W60 (60-69 Jahre)

□□□: 50:15

□□: 11.94 km/h

□□□□: 5:02 min/km

□□□□□/□□□: 342 (of 686)

□□□□□/□: 33 (of 143)

□□□□□□: 35:30

□□□□□: 1(of 3)

□□□□□□□: 50:15

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	9:56	4:58	1	-	29	3:00	2.00	9:56	4:58	1	-	23	3:00
Runde	2.00	9:47	4:53	1	-	31	2:40	4.00	19:43	4:55	1	-	23	5:40
Runde	2.00	10:03	5:01	1	-	36	2:53	6.00	29:46	4:57	1	-	23	8:33
Runde	2.00	10:17	5:08	1	-	43	3:04	8.00	40:03	5:00	1	-	23	11:37
Leichtathletikhall	2.00	10:12	5:05	1	-	49	3:08	10.00	50:15	5:01	1	-	33	14:45