



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

0000

Uhlig, Simone

00: Erfurt

00: 1038

00: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

0000:

Seniorinnen W40 (40-49 Jahre)

000: 53:20

00: 11.25 km/h

0000: 5:20 min/km

00000/000: 462 (of 686)

00000/0: 59 (of 143)

000000: 35:30

00000: 19(of 49)

0000000: 44:06

0000

0000

000

000	00 km	00 00	00 min/km	00 -	00 -	00 0	00 0	000 km	000 00	000 min/km	00 -	00 -	00 0	00 0
Runde	2.00	11:28	5:44	28	2:50	79	4:32	2.00	11:28	5:44	37	0:12	41	4:32
Runde	2.00	10:35	5:17	21	1:52	65	3:28	4.00	22:03	5:30	37	0:07	41	8:00
Runde	2.00	10:35	5:17	18	1:53	59	3:25	6.00	32:38	5:26	37		41	11:25
Runde	2.00	10:32	5:15	14	1:37	50	3:19	8.00	43:10	5:23	37		41	14:44
Leichtathletikhall	2.00	10:10	5:04	11	1:20	46	3:06	10.00	53:20	5:20	19	9:14	59	17:50