



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

□□□□

Teubner, Sandra

□□: Erfurt

□□: 989

□□: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

□□□□:

Seniorinnen W30 (30-39 Jahre)

□□□: 59:22

□□: 10.11 km/h

□□□□: 5:56 min/km

□□□□□/□□□: 614 (of 686)

□□□□□/□: 109 (of 143)

□□□□□□: 35:30

□□□□□: 26(of 32)

□□□□□□□: 40:27

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	12:03	6:01	27	4:50	104	5:07	2.00	12:03	6:01	7	0:15	52	5:07
Runde	2.00	11:31	5:45	25	3:36	103	4:24	4.00	23:34	5:53	8	1:00	52	9:31
Runde	2.00	11:47	5:53	26	3:33	109	4:37	6.00	35:21	5:53	18	2:01	52	14:08
Runde	2.00	12:00	6:00	25	3:28	109	4:47	8.00	47:21	5:55	1	-	52	18:55
Leichtathletikhalle	2.00	12:01	6:00	29	3:32	118	4:57	10.00	59:22	5:56	26	18:55	109	23:52