



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

□□□□

Scheunemann, Sandy

□□: Bad Klosterlausnitz

□□: 1474

□□: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

□□□□:

Seniorinnen W40 (40-49 Jahre)

□□□: 1:02:45

□□: 9.56 km/h

□□□□: 6:17 min/km

□□□□□/□□□: 653 (of 686)

□□□□□/□: 129 (of 143)

□□□□□□: 35:30

□□□□□: 44(of 49)

□□□□□□□: 44:06

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	12:34	6:16	40	3:56	123	5:38	2.00	12:34	6:16	49	1:18	79	5:38
Runde	2.00	12:23	6:11	45	3:40	132	5:16	4.00	24:57	6:14	49	3:01	79	10:54
Runde	2.00	12:32	6:15	45	3:50	130	5:22	6.00	37:29	6:14	49	4:39	79	16:16
Runde	2.00	12:44	6:21	45	3:49	132	5:31	8.00	50:13	6:16	49	6:06	79	21:47
Leichtathletikhall	2.00	12:32	6:15	43	3:42	130	5:28	10.00	1:02:45	6:16	44	18:39	129	27:15