



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

□□□□

Wichum, Annett

□□: Erfurt

□□: 1363

□□: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

□□□□:

Seniorinnen W40 (40-49 Jahre)

□□□: 1:01:36

□□: 9.74 km/h

□□□□: 6:10 min/km

□□□□□/□□□: 645 (of 686)

□□□□□/□: 125 (of 143)

□□□□□□: 35:30

□□□□□: 41(of 49)

□□□□□□□: 44:06

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	13:11	6:35	45	4:33	135	6:15	2.00	13:11	6:35	10	1:55	84	6:15
Runde	2.00	11:55	5:57	42	3:12	124	4:48	4.00	25:06	6:16	14	3:10	84	11:03
Runde	2.00	12:03	6:01	40	3:21	117	4:53	6.00	37:09	6:11	10	4:19	84	15:56
Runde	2.00	12:27	6:13	42	3:32	123	5:14	8.00	49:36	6:12	10	5:29	84	21:10
Leichtathletikhall	2.00	12:00	6:00	39	3:10	116	4:56	10.00	1:01:36	6:09	41	17:30	125	26:06