



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

Heckel, Antje

Heckel, Antje

Bienstädt

1188

10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

Seniorinnen

W40 (40-49 Jahre)

1:00:48

9.87 km/h

6:05 min/km

638 (of 686)

121 (of 143)

35:30

40(of 49)

44:06

Heckel, Antje

Heckel, Antje

Heckel, Antje

	km	min	min/km	-	-	min	min	km	min	min/km	-	-	min	min
Runde	2.00	11:58	5:59	30	3:20	102	5:02	2.00	11:58	5:59	5	0:42	39	5:02
Runde	2.00	11:50	5:55	39	3:07	119	4:43	4.00	23:48	5:57	5	1:52	60	9:45
Runde	2.00	12:19	6:09	44	3:37	127	5:09	6.00	36:07	6:01	5	3:17	89	14:54
Runde	2.00	12:28	6:14	44	3:33	125	5:15	8.00	48:35	6:04	5	4:28	89	20:09
Leichtathletikhalle	2.00	12:13	6:06	42	3:23	127	5:09	10.00	1:00:48	6:04	40	16:42	121	25:18