



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

□□□□

Kolleng, Silke

□□: Gotha

□□: 1422

□□: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

□□□□:

Seniorinnen W40 (40-49 Jahre)

□□□: 56:56

□□: 10.54 km/h

□□□□: 5:41 min/km

□□□□□/□□□: 567 (of 686)

□□□□□/□: 91 (of 143)

□□□□□□: 35:30

□□□□□: 29(of 49)

□□□□□□□: 44:06

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	10:45	5:22	17	2:07	49	3:49	2.00	10:45	5:22	13			111	3:49
Runde	2.00	11:25	5:42	32	2:42	97	4:18	4.00	22:10	5:32	13	0:14		87	8:07
Runde	2.00	11:41	5:50	35	2:59	105	4:31	6.00	33:51	5:38	13	1:01		71	12:38
Runde	2.00	11:41	5:50	34	2:46	100	4:28	8.00	45:32	5:41	13	1:25		111	17:06
Leichtathletikhall	2.00	11:24	5:42	33	2:34	95	4:20	10.00	56:56	5:41	29	12:50		91	21:26