



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

□□□□

Richardt, Christine

□□: TSV Alperstedt

□□: 1560

□□: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

□□□□:

Seniorinnen W40 (40-49 Jahre)

□□□: 1:07:09

□□: 8.94 km/h

□□□□: 6:43 min/km

□□□□□/□□□: 668 (of 686)

□□□□□/□: 137 (of 143)

□□□□□□: 35:30

□□□□□: 46(of 49)

□□□□□□□: 44:06

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	13:37	6:48	48	4:59	140	6:41	2.00	13:37	6:48	24	2:21	114	6:41	
Runde	2.00	13:29	6:44	48	4:46	142	6:22	4.00	27:06	6:46	24	5:10	131	13:03	
Runde	2.00	13:05	6:32	46	4:23	136	5:55	6.00	40:11	6:41	24	7:21	130	18:58	
Runde	2.00	13:16	6:38	46	4:21	136	6:03	8.00	53:27	6:40	24	9:20	130	25:01	
Leichtathletikhall	2.00	13:42	6:50	47	4:52	138	6:38	10.00	1:07:09	6:42	46	23:03	137	31:39	