



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

□□□□

Milsch, Heidi

□□□: 19:35

□□: Stuttgart

□□: 12.26 km/h

□□: 281

□□□□: 4:54 min/km

□□: 4.00 km

□□□□□/□□□: 156 (of 477)

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelhüringen

□□□□□/□: 30 (of 162)

□□□□□□: 14:18

□□□□:

□□□□□: 1(of 21)

Seniorinnen W30 (30-39 Jahre)

□□□□□□□: 19:35

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	9:51	4:55	1	-	33	2:49	2.00	9:51	4:55	21	-	31	2:43
Leichtathletikhall	2.00	9:44	4:51	1	-	31	2:28	4.00	19:35	4:53	1	-	31	5:17