



# 40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

□□□□

**Waschkowski, Rita**

□□□: 23:10

□□: Marineclub Gotha

□□: 10.36 km/h

□□: 273

□□□□: 5:47 min/km

□□: 4.00 km

□□□□□/□□□: 343 (of 477)

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelhüringen

□□□□□/□: 91 (of 162)

□□□□□□: 14:18

□□□□:

□□□□□: 8(of 14)

Seniorinnen W50 (50-59 Jahre)

□□□□□□□: 20:18

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	11:23	5:41	5	1:05	72	4:21	2.00	11:23	5:41	2	1:05	42	4:15
Leichtathletikhall	2.00	11:47	5:53	8	1:48	106	4:31	4.00	23:10	5:47	8	2:52	92	8:52