



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

□□□□

Jörg, Kathleen

□□□: 21:43

□□: SV Empor Bad Langensalza

□□: 11.05 km/h

□□: 482

□□□□: 5:26 min/km

□□: 4.00 km

□□□□□/□□□: 256 (of 477)

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelhüringen

□□□□□/□: 56 (of 162)

□□□□□□: 14:18

□□□□:

□□□□□: 8(of 37)

Seniorinnen W40 (40-49 Jahre)

□□□□□□□: 19:05

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	10:43	5:21	5	1:16	47	3:41	2.00	10:43	5:21	30		59	3:35
Leichtathletikhall	2.00	11:00	5:30	14	1:31	67	3:44	4.00	21:43	5:25	8	2:38	57	7:25