



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

□□□□

Dembeck, Katja

□□□: 26:43

□□: Bad Langensalza

□□: 8.98 km/h

□□: 8

□□□□: 6:41 min/km

□□: 4.00 km

□□□□□/□□□: 445 (of 477)

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelhüringen

□□□□□/□: 139 (of 162)

□□□□□□: 14:18

□□□□:

□□□□□: 28(of 31)

Frauen (20-29 Jahre)

□□□□□□□: 14:18

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	13:09	6:34	27	6:07	136	6:07	2.00	13:09	6:34	14	0:43	69	6:01
Leichtathletikhall	2.00	13:34	6:46	28	6:18	142	6:18	4.00	26:43	6:40	28	12:25	140	12:25