



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

□□□□

Krieg, Heike

□□□: 22:48

□□: ErfurtNordGymnastik

□□: 10.53 km/h

□□: 362

□□□□: 5:42 min/km

□□: 4.00 km

□□□□□/□□□: 316 (of 477)

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelhüringen

□□□□□/□: 78 (of 162)

□□□□□□: 14:18

□□□□:

□□□□□: 6(of 14)

Seniorinnen W50 (50-59 Jahre)

□□□□□□□: 20:18

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	11:42	5:50	8	1:24	87	4:40	2.00	11:42	5:50	5	1:24	53	4:34
Leichtathletikhall	2.00	11:06	5:32	5	1:07	78	3:50	4.00	22:48	5:42	6	2:30	79	8:30