



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

□□□□

Frischknecht, Laura

□□□: 30:22

□□: Sömmerda

□□: 7.90 km/h

□□: 597

□□□□: 7:35 min/km

□□: 4.00 km

□□□□□/□□□: 475 (of 477)

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelhüringen

□□□□□/□: 161 (of 162)

□□□□□□: 14:18

□□□□:

□□□□□: 10(of 10)

weibliche Jugend U18 (16-17 Jahre)

□□□□□□□: 15:17

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	14:05	7:02	10	6:44	154	7:03	2.00	14:05	7:02	9	5:02	68	6:57
Leichtathletikhäl	2.00	16:17	8:08	10	8:21	162	9:01	4.00	30:22	7:35	10	15:05	162	16:04