



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

□□□□

Gläser, Carolin

□□: Ausdauersportclub Apolda ACA

□□: 899

□□: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

□□□□:

Frauen (20-29 Jahre)

□□□: 36:42

□□: 16.35 km/h

□□□□: 3:40 min/km

□□□□□/□□□: 17 (of 686)

□□□□□/□: 2 (of 143)

□□□□□□: 35:30

□□□□□: 2(of 31)

□□□□□□□: 35:30

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	7:10	3:35	2	0:14	2	0:14	2.00	7:10	3:35	31		2	0:14
Runde	2.00	7:20	3:39	3	0:13	3	0:13	4.00	14:30	3:37	29		2	0:27
Runde	2.00	7:23	3:41	2	0:13	2	0:13	6.00	21:53	3:38	29		2	0:40
Runde	2.00	7:26	3:43	2	0:13	2	0:13	8.00	29:19	3:39	29		2	0:53
Leichtathletikhall	2.00	7:23	3:41	2	0:19	2	0:19	10.00	36:42	3:40	2	1:12	2	1:12