



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

□□□□

Wilschewski, Heidi

□□: Kleinfahrer

□□: 1104

□□: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

□□□□:

Frauen (20-29 Jahre)

□□□: 45:48

□□: 13.10 km/h

□□□□: 4:35 min/km

□□□□□/□□□: 183 (of 686)

□□□□□/□: 16 (of 143)

□□□□□□: 35:30

□□□□□: 8(of 31)

□□□□□□□: 35:30

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	8:57	4:28	8	2:01	16	2:01	2.00	8:57	4:28	27			12	2:01
Runde	2.00	9:01	4:30	9	1:54	16	1:54	4.00	17:58	4:29	27			12	3:55
Runde	2.00	9:14	4:36	9	2:04	18	2:04	6.00	27:12	4:31	25			12	5:59
Runde	2.00	9:24	4:42	9	2:11	18	2:11	8.00	36:36	4:34	25			12	8:10
Leichtathletikhall	2.00	9:12	4:35	9	2:08	18	2:08	10.00	45:48	4:34	8	10:18		16	10:18