



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

□□□□

Dinort, Sandy

□□: TSSC Erfurt/ GDRT

□□: 1021

□□: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

□□□□:

Frauen (20-29 Jahre)

□□□: 49:26

□□: 12.14 km/h

□□□□: 4:56 min/km

□□□□□/□□□: 311 (of 686)

□□□□□/□: 31 (of 143)

□□□□□□: 35:30

□□□□□: 13(of 31)

□□□□□□□: 35:30

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	9:07	4:33	9	2:11	17	2:11	2.00	9:07	4:33	23			21	2:11
Runde	2.00	9:20	4:40	10	2:13	21	2:13	4.00	18:27	4:36	23			21	4:24
Runde	2.00	10:04	5:01	13	2:54	37	2:54	6.00	28:31	4:45	21			21	7:18
Runde	2.00	10:21	5:10	14	3:08	46	3:08	8.00	38:52	4:51	21			21	10:26
Leichtathletikhall	2.00	10:34	5:16	16	3:30	65	3:30	10.00	49:26	4:56	13	13:56		31	13:56