



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

□□□□

Wiegbert, Gitte

□□: VfLHüpstedt

□□: 961

□□: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

□□□□:

Seniorinnen W50 (50-59 Jahre)

□□□: 53:05

□□: 11.30 km/h

□□□□: 5:19 min/km

□□□□□/□□□: 451 (of 686)

□□□□□/□: 56 (of 143)

□□□□□□: 35:30

□□□□□: 8(of 22)

□□□□□□□: 39:41

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	11:36	5:47	16	3:37	87	4:40	2.00	11:36	5:47	21	0:12	24	4:40	
Runde	2.00	10:21	5:10	8	2:30	58	3:14	4.00	21:57	5:29	21		24	7:54	
Runde	2.00	10:13	5:06	6	2:18	44	3:03	6.00	32:10	5:21	21		24	10:57	
Runde	2.00	10:38	5:18	9	2:38	58	3:25	8.00	42:48	5:20	21		24	14:22	
Leichtathletikhall	2.00	10:17	5:08	7	2:21	53	3:13	10.00	53:05	5:18	8	13:24	56	17:35	