



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

□□□□

Bürger, Sandra

□□: Hörselberg-Hainich

□□: 1387

□□: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

□□□□:

Seniorinnen W40 (40-49 Jahre)

□□□: 54:41

□□: 10.97 km/h

□□□□: 5:28 min/km

□□□□□/□□□: 514 (of 686)

□□□□□/□: 74 (of 143)

□□□□□□: 35:30

□□□□□: 26(of 49)

□□□□□□□: 44:06

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	11:06	5:32	23	2:28	66	4:10	2.00	11:06	5:32	35		37	4:10
Runde	2.00	11:07	5:33	28	2:24	89	4:00	4.00	22:13	5:33	35	0:17	37	8:10
Runde	2.00	10:45	5:22	20	2:03	61	3:35	6.00	32:58	5:29	35	0:08	37	11:45
Runde	2.00	11:09	5:34	26	2:14	76	3:56	8.00	44:07	5:30	1	-	37	15:41
Leichtathletikhall	2.00	10:34	5:16	22	1:44	65	3:30	10.00	54:41	5:28	26	10:35	74	19:11