



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

□□□□

Pfeifer, Jana

□□: Saalfelder LV

□□: 1214

□□: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

□□□□:

Seniorinnen W40 (40-49 Jahre)

□□□: 54:03

□□: 11.10 km/h

□□□□: 5:24 min/km

□□□□□/□□□: 488 (of 686)

□□□□□/□: 65 (of 143)

□□□□□□: 35:30

□□□□□: 23(of 49)

□□□□□□□: 44:06

□□□□

□□□□

□□□

| □□□ | □□ km | □□ □□ | □□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ | □□□ | □□□ km | □□□ □□ | □□□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ |
|-------------------|----------|----------|--------------|---------|---------|---------|---------|-------|-----------|-----------|---------------|---------|---------|---------|---------|
| Runde | 2.00 | 11:08 | 5:33 | 24 | 2:30 | 67 | 4:12 | 2.00 | 11:08 | 5:33 | 39 | | | 45 | 4:12 |
| Runde | 2.00 | 10:31 | 5:15 | 20 | 1:48 | 62 | 3:24 | 4.00 | 21:39 | 5:24 | 39 | | | 30 | 7:36 |
| Runde | 2.00 | 10:43 | 5:21 | 19 | 2:01 | 60 | 3:33 | 6.00 | 32:22 | 5:23 | 39 | | | 45 | 11:09 |
| Runde | 2.00 | 10:53 | 5:26 | 20 | 1:58 | 65 | 3:40 | 8.00 | 43:15 | 5:24 | 39 | | | 45 | 14:49 |
| Leichtathletikhaf | 2.00 | 10:48 | 5:24 | 25 | 1:58 | 73 | 3:44 | 10.00 | 54:03 | 5:24 | 23 | 9:57 | | 65 | 18:33 |