



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

□□□□

Kermer, Rita

□□: Erfurt

□□: 1448

□□: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

□□□□:

Seniorinnen W40 (40-49 Jahre)

□□□: 53:52

□□: 11.14 km/h

□□□□: 5:23 min/km

□□□□□/□□□: 480 (of 686)

□□□□□/□: 63 (of 143)

□□□□□□: 35:30

□□□□□: 21(of 49)

□□□□□□□: 44:06

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	10:39	5:19	16	2:01	48	3:43	2.00	10:39	5:19	41			49	3:43
Runde	2.00	10:39	5:19	23	1:56	69	3:32	4.00	21:18	5:19	41			49	7:15
Runde	2.00	10:50	5:25	24	2:08	71	3:40	6.00	32:08	5:21	3			49	10:55
Runde	2.00	10:56	5:28	23	2:01	69	3:43	8.00	43:04	5:23	41			30	14:38
Leichtathletikhall	2.00	10:48	5:24	25	1:58	73	3:44	10.00	53:52	5:23	21	9:46		63	18:22