



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

□□□□

Rosahl, Sophie

□□: Laufladen Erfurt

□□: 1158

□□: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

□□□□:

weibliche Jugend U20 (18-19 Jahre)

□□□: 56:42

□□: 10.58 km/h

□□□□: 5:40 min/km

□□□□□/□□□: 559 (of 686)

□□□□□/□: 87 (of 143)

□□□□□□: 35:30

□□□□□: 4(of 6)

□□□□□□□: 48:07

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	11:50	5:55	3	1:24	93	4:54	2.00	11:50	5:55	2			54	4:54
Runde	2.00	11:33	5:46	4	1:53	105	4:26	4.00	23:23	5:50	2	0:25		54	9:20
Runde	2.00	11:18	5:39	4	1:52	92	4:08	6.00	34:41	5:46	2	0:57		54	13:28
Runde	2.00	11:15	5:37	4	1:47	81	4:02	8.00	45:56	5:44	2	1:34		54	17:30
Leichtathletikhall	2.00	10:46	5:23	4	1:39	70	3:42	10.00	56:42	5:40	4	8:35		87	21:12