



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

□□□□

Engelhardt, Diana

□□: SV Empor Bad Langensalza

□□: 1418

□□: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

□□□□:

Seniorinnen W40 (40-49 Jahre)

□□□: 51:17

□□: 11.70 km/h

□□□□: 5:08 min/km

□□□□□/□□□: 388 (of 686)

□□□□□/□: 44 (of 143)

□□□□□□: 35:30

□□□□□: 11(of 49)

□□□□□□□: 44:06

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	10:26	5:13	14	1:48	42	3:30	2.00	10:26	5:13	2		85	3:30
Runde	2.00	10:06	5:02	8	1:23	43	2:59	4.00	20:32	5:08	2		85	6:29
Runde	2.00	10:11	5:05	7	1:29	42	3:01	6.00	30:43	5:07	2		85	9:30
Runde	2.00	10:20	5:10	12	1:25	45	3:07	8.00	41:03	5:07	2		85	12:37
Leichtathletikhall	2.00	10:14	5:06	16	1:24	52	3:10	10.00	51:17	5:07	11	7:11	44	15:47