



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

□□□□

Philippus, Susanne

□□: SC Impuls Erfurt

□□: 960

□□: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

□□□□:

Seniorinnen W50 (50-59 Jahre)

□□□: 54:25

□□: 11.03 km/h

□□□□: 5:26 min/km

□□□□□/□□□: 507 (of 686)

□□□□□/□: 71 (of 143)

□□□□□□: 35:30

□□□□□: 11(of 22)

□□□□□□□: 39:41

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	11:24	5:42	13	3:25	76	4:28	2.00	11:24	5:42	1	-	87	4:28	
Runde	2.00	10:46	5:23	14	2:55	76	3:39	4.00	22:10	5:32	1	-	87	8:07	
Runde	2.00	10:53	5:26	11	2:58	73	3:43	6.00	33:03	5:30	1	-	87	11:50	
Runde	2.00	10:46	5:23	10	2:46	63	3:33	8.00	43:49	5:28	1	-	87	15:23	
Leichtathletikhall	2.00	10:36	5:17	10	2:40	67	3:32	10.00	54:25	5:26	11	14:44	71	18:55	