



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

□□□□

Lein, Silke

□□: Wernigerode

□□: 1359

□□: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

□□□□:

Seniorinnen W40 (40-49 Jahre)

□□□: 59:35

□□: 10.07 km/h

□□□□: 5:58 min/km

□□□□□/□□□: 620 (of 686)

□□□□□/□: 113 (of 143)

□□□□□□: 35:30

□□□□□: 38(of 49)

□□□□□□□: 44:06

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	12:21	6:10	37	3:43	117	5:25	2.00	12:21	6:10	6	1:05	90	5:25	
Runde	2.00	11:37	5:48	34	2:54	107	4:30	4.00	23:58	5:59	6	2:02	90	9:55	
Runde	2.00	11:47	5:53	37	3:05	109	4:37	6.00	35:45	5:57	6	2:55	90	14:32	
Runde	2.00	11:58	5:59	38	3:03	108	4:45	8.00	47:43	5:57	6	3:36	90	19:17	
Leichtathletikhall	2.00	11:52	5:56	38	3:02	112	4:48	10.00	59:35	5:57	38	15:29	113	24:05	