



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

□□□□

Pausch, Nancy

□□: Erfurt

□□: 1342

□□: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

□□□□:

Seniorinnen W30 (30-39 Jahre)

□□□: 59:28

□□: 10.09 km/h

□□□□: 5:57 min/km

□□□□□/□□□: 617 (of 686)

□□□□□/□: 111 (of 143)

□□□□□□: 35:30

□□□□□: 27(of 32)

□□□□□□□: 40:27

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	12:08	6:03	29	4:55	107	5:12	2.00	12:08	6:03	8	0:20	94	5:12
Runde	2.00	11:26	5:43	24	3:31	99	4:19	4.00	23:34	5:53	8	1:00	52	9:31
Runde	2.00	11:50	5:55	27	3:36	112	4:40	6.00	35:24	5:53	8	2:04	94	14:11
Runde	2.00	12:08	6:03	26	3:36	113	4:55	8.00	47:32	5:56	7	0:11	94	19:06
Leichtathletikhall	2.00	11:56	5:58	28	3:27	114	4:52	10.00	59:28	5:56	27	19:01	111	23:58