



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

□□□□

Münch, Birgit

□□: sc Impuls erfurt

□□: 1321

□□: 10.00 km

Vintage VDB Lauf

□□□□:

Seniorinnen W40 (40-49 Jahre)

□□□: 49:33

□□: 12.11 km/h

□□□□: 4:58 min/km

□□□□□/□□□□: 245 (of 637)

□□□□□/□: 18 (of 144)

□□□□□□: 38:07

□□□□□: 3(of 45)

□□□□□□□: 46:20

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde Langstrec	2.00	9:41	4:50	1	-	13	2:21	2.00	9:41	4:50	22	-	127	2:21
Runde Langstrec	2.00	9:51	4:55	4	0:41	22	2:14	4.00	19:32	4:53	22	-	140	4:35
Runde Langstrec	2.00	10:01	5:00	4	0:47	22	2:15	6.00	29:33	4:55	22	-	140	6:50
Runde Langstrec	2.00	10:03	5:01	4	0:49	20	2:17	8.00	39:36	4:57	20	-	131	9:07
Leichtathletikh	2.00	9:57	4:58	4	0:58	23	2:19	10.00	49:33	4:57	3	3:13	18	11:26