



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

□□□□

Scheunmann, Sandy

□□: ILB-Graakjaer

□□: 1578

□□: 10.00 km

Vintage VDB Lauf

□□□□:

Seniorinnen W40 (40-49 Jahre)

□□□: 1:02:23

□□: 9.62 km/h

□□□□: 6:14 min/km

□□□□□/□□□: 588 (of 637)

□□□□□/□: 120 (of 144)

□□□□□□: 38:07

□□□□□: 39(of 45)

□□□□□□□: 46:20

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde Langstrec	2.00	11:23	5:41	20	1:42	63	4:03	2.00	11:23	5:41	13	0:26	72	4:03	
Runde Langstrec	2.00	12:04	6:01	37	2:54	111	4:27	4.00	23:27	5:51	13	2:02	72	8:30	
Runde Langstrec	2.00	12:54	6:27	41	3:40	130	5:08	6.00	36:21	6:03	12	5:42	72	13:38	
Runde Langstrec	2.00	13:01	6:30	39	3:47	125	5:15	8.00	49:22	6:10	11	7:23	72	18:53	
Leichtathletikhal	2.00	13:01	6:30	41	4:02	129	5:23	10.00	1:02:23	6:14	39	16:03	120	24:16	