



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

□□□□

Reissig, Steffi

□□: SVW Eisenach Triathlon

□□: 1567

□□: 10.00 km

Vintage VDB Lauf

□□□□:

Seniorinnen W50 (50-59 Jahre)

□□□: 54:31

□□: 11.01 km/h

□□□□: 5:27 min/km

□□□□□/□□□: 396 (of 637)

□□□□□/□: 46 (of 144)

□□□□□□: 38:07

□□□□□: 5(of 25)

□□□□□□□: 47:51

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde Langstrec	2.00	10:57	5:28	4	1:46	44	3:37	2.00	10:57	5:28	15			22	3:37
Runde Langstrec	2.00	10:46	5:23	4	1:20	50	3:09	4.00	21:43	5:25	15			85	6:46
Runde Langstrec	2.00	10:59	5:29	5	1:23	51	3:13	6.00	32:42	5:27	15			85	9:59
Runde Langstrec	2.00	11:00	5:30	5	1:11	50	3:14	8.00	43:42	5:27	13			85	13:13
Leichtathletikhal	2.00	10:49	5:24	5	1:00	53	3:11	10.00	54:31	5:27	5	6:40		46	16:24