



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

0000

Rother, Ricarda

00: Erfurt

00: 1597

00: 10.00 km

Vintage VDB Lauf

0000:

Seniorinnen W40 (40-49 Jahre)

000: 1:07:32

00: 8.88 km/h

0000: 6:45 min/km

00000/000: 616 (of 637)

00000/0: 138 (of 144)

000000: 38:07

00000: 43(of 45)

0000000: 46:20

0000

0000

000

000	00 km	00 00	00 min/km	00 -	00 -	00 0	00 0	000	000 00	000 min/km	00 -	00 -	00 0	00 0
Runde Langstrec	2.00	12:21	6:10	29	2:40	93	5:01	2.00	12:21	6:10	14	1:24	111	5:01
Runde Langstrec	2.00	13:17	6:38	43	4:07	139	5:40	4.00	25:38	6:24	14	4:13	111	10:41
Runde Langstrec	2.00	13:53	6:56	44	4:39	142	6:07	6.00	39:31	6:35	14	8:52	111	16:48
Runde Langstrec	2.00	14:02	7:00	44	4:48	140	6:16	8.00	53:33	6:41	43	11:34	139	23:04
Leichtathletikhal	2.00	13:59	6:59	44	5:00	139	6:21	10.00	1:07:32	6:45	43	21:12	138	29:25