



1. Erfurter Flughafenlauf

Erfurt / 14.09.2014

□□□□

Lauerwald, Heike

□□: SV Sömmerda e.V.

□□: 338

□□: 10.00 km

Lange Strecke

□□□□:

Seniorinnen W45 (45-49 Jahre)

□□□: 51:42

□□: 11.61 km/h

□□□□: 5:10 min/km

□□□□□/□□□: 78 (of 109)

□□□□□/□: 11 (of 20)

□□□□□□: 43:48

□□□□□: 3(of 4)

□□□□□□□: 47:19

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.50	12:16	4:54	1	-	8	1:33	2.50	12:16	4:54	1	-	16		
Runde	2.50	12:53	5:09	2	1:10	9	2:05	5.00	25:09	5:01	1	-	16		
Runde	2.50	13:20	5:20	3	1:28	11	2:09	7.50	38:29	5:07	1	-	18		
Ziel	2.50	13:13	5:17	4	1:52	12	2:07	10.00	51:42	5:10	3	4:23	11	7:54	