



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

□□□□

Pleitz, Anja

□□: Erfurt

□□: 1221

□□: 10.00 km

Vintage VDB Lauf

□□□□:

Seniorinnen W40 (40-49 Jahre)

□□□: 58:26

□□: 10.27 km/h

□□□□: 5:50 min/km

□□□□□/□□□: 511 (of 637)

□□□□□/□: 83 (of 144)

□□□□□□: 38:07

□□□□□: 27(of 45)

□□□□□□□: 46:20

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde Langstrec	2.00	12:28	6:14	32	2:47	101	5:08	2.00	12:28	6:14	18	1:31	125	5:08	
Runde Langstrec	2.00	11:38	5:48	29	2:28	93	4:01	4.00	24:06	6:01	18	2:41	125	9:09	
Runde Langstrec	2.00	11:34	5:46	27	2:20	81	3:48	6.00	35:40	5:56	18	5:01	125	12:57	
Runde Langstrec	2.00	11:37	5:48	25	2:23	74	3:51	8.00	47:17	5:54	16	5:18	116	16:48	
Leichtathletikh	2.00	11:09	5:34	21	2:10	66	3:31	10.00	58:26	5:50	27	12:06	83	20:19	