



# 41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

□□□□

**Henschel, Jana**

□□: Team Sitzflaeche.de

□□: 1524

□□: 10.00 km

Vintage VDB Lauf

□□□□:

Frauen (20-29 Jahre)

□□□: 51:56

□□: 11.55 km/h

□□□□: 5:11 min/km

□□□□□/□□□□: 313 (of 637)

□□□□□/□: 32 (of 144)

□□□□□□: 38:07

□□□□□: 12(of 24)

□□□□□□□: 42:00

□□□□

□□□□

□□□

| □□□               | □□<br>km | □□<br>□□ | □□<br>min/km | □□<br>- | □□<br>- | □□<br>□ | □□<br>□ | □□□   | □□□<br>km | □□□<br>□□ | □□□<br>min/km | □□<br>- | □□<br>- | □□<br>□ | □□<br>□ |
|-------------------|----------|----------|--------------|---------|---------|---------|---------|-------|-----------|-----------|---------------|---------|---------|---------|---------|
| Runde Langstrec   | 2.00     | 11:34    | 5:46         | 13      | 3:07    | 68      | 4:14    | 2.00  | 11:34     | 5:46      | 20            |         |         | 16      | 4:14    |
| Runde Langstrec   | 2.00     | 10:01    | 5:00         | 11      | 1:34    | 26      | 2:24    | 4.00  | 21:35     | 5:23      | 20            |         |         | 16      | 6:38    |
| Runde Langstrec   | 2.00     | 10:14    | 5:06         | 11      | 1:53    | 28      | 2:28    | 6.00  | 31:49     | 5:18      | 20            |         |         | 16      | 9:06    |
| Runde Langstrec   | 2.00     | 10:11    | 5:05         | 11      | 1:44    | 25      | 2:25    | 8.00  | 42:00     | 5:15      | 19            |         |         | 16      | 11:31   |
| Leichtathletikhal | 2.00     | 9:56     | 4:58         | 12      | 1:38    | 22      | 2:18    | 10.00 | 51:56     | 5:11      | 12            | 9:56    |         | 32      | 13:49   |