



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

□□□□

Meyer, Katrin

□□: fat fighters / Bad Langensalza

□□: 1396

□□: 10.00 km

Vintage VDB Lauf

□□□□:

Seniorinnen W30 (30-39 Jahre)

□□□: 50:26

□□: 11.90 km/h

□□□□: 5:02 min/km

□□□□□/□□□: 269 (of 637)

□□□□□/□: 23 (of 144)

□□□□□□: 38:07

□□□□□: 7(of 39)

□□□□□□□: 38:07

□□□□

□□□□

□□□

| □□□ | □□ km | □□ □□ | □□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ | □□□ | □□□ □□ | □□□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ |
|-------------------|----------|----------|--------------|---------|---------|---------|---------|-------|-----------|---------------|---------|---------|---------|---------|
| Runde Langstrec | 2.00 | 9:36 | 4:47 | 4 | 2:16 | 12 | 2:16 | 2.00 | 9:36 | 4:47 | 30 | 0:02 | 21 | 2:16 |
| Runde Langstrec | 2.00 | 9:57 | 4:58 | 8 | 2:20 | 23 | 2:20 | 4.00 | 19:33 | 4:53 | 30 | 0:33 | 21 | 4:36 |
| Runde Langstrec | 2.00 | 10:16 | 5:08 | 8 | 2:30 | 29 | 2:30 | 6.00 | 29:49 | 4:58 | 30 | 1:28 | 21 | 7:06 |
| Runde Langstrec | 2.00 | 10:21 | 5:10 | 8 | 2:35 | 29 | 2:35 | 8.00 | 40:10 | 5:01 | 20 | 2:25 | 21 | 9:41 |
| Leichtathletikhal | 2.00 | 10:16 | 5:08 | 11 | 2:38 | 34 | 2:38 | 10.00 | 50:26 | 5:02 | 7 | 12:19 | 23 | 12:19 |