



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

□□□□

Rieder, Susann

□□□: 54:46

□□: 1676

□□: 10.96 km/h

□□□□: 5:29 min/km

□□: 10.00 km

□□□□□/□□□: 407 (of 637)

Vintage VDB Lauf

□□□□□/□: 50 (of 144)

□□□□□□: 38:07

□□□□:

□□□□□: 14(of 45)

Seniorinnen W40 (40-49 Jahre)

□□□□□□□: 46:20

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde Langstrec	2.00	11:01	5:30	15	1:20	50	3:41	2.00	11:01	5:30	3	0:04	26	3:41
Runde Langstrec	2.00	10:49	5:24	16	1:39	52	3:12	4.00	21:50	5:27	29	0:25	26	6:53
Runde Langstrec	2.00	11:01	5:30	16	1:47	55	3:15	6.00	32:51	5:28	28	2:12	26	10:08
Runde Langstrec	2.00	11:14	5:36	20	2:00	59	3:28	8.00	44:05	5:30	26	2:06	26	13:36
Leichtathletikh	2.00	10:41	5:20	13	1:42	47	3:03	10.00	54:46	5:28	14	8:26	50	16:39