



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

□□□□

Treflich, Susanne

□□: Ichtershausen

□□: 1130

□□: 10.00 km

Vintage VDB Lauf

□□□□:

Seniorinnen W30 (30-39 Jahre)

□□□: 1:02:34

□□: 9.59 km/h

□□□□: 6:16 min/km

□□□□□/□□□: 592 (of 637)

□□□□□/□: 121 (of 144)

□□□□□□: 38:07

□□□□□: 36(of 39)

□□□□□□□: 38:07

□□□□

□□□□

□□□

| □□□ | □□ km | □□ □□ | □□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ | □□□ | □□□ km | □□□ □□ | □□□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ |
|-----------------|----------|----------|--------------|---------|---------|---------|---------|-------|-----------|-----------|---------------|---------|---------|---------|---------|
| Runde Langstrec | 2.00 | 13:00 | 6:30 | 36 | 5:40 | 122 | 5:40 | 2.00 | 13:00 | 6:30 | 6 | 3:26 | 40 | 5:40 | |
| Runde Langstrec | 2.00 | 12:14 | 6:06 | 36 | 4:37 | 119 | 4:37 | 4.00 | 25:14 | 6:18 | 6 | 6:14 | 63 | 10:17 | |
| Runde Langstrec | 2.00 | 12:45 | 6:22 | 38 | 4:59 | 125 | 4:59 | 6.00 | 37:59 | 6:19 | 6 | 9:38 | 40 | 15:16 | |
| Runde Langstrec | 2.00 | 12:25 | 6:12 | 35 | 4:39 | 114 | 4:39 | 8.00 | 50:24 | 6:17 | 6 | 12:39 | 40 | 19:55 | |
| Leichtathletikh | 2.00 | 12:10 | 6:04 | 33 | 4:32 | 110 | 4:32 | 10.00 | 1:02:34 | 6:15 | 36 | 24:27 | 121 | 24:27 | |