



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

□□□□

Stroh, Viola

□□: Erfurt Nord Gymnastik

□□: 1582

□□: 10.00 km

Vintage VDB Lauf

□□□□:

Seniorinnen W50 (50-59 Jahre)

□□□: 56:12

□□: 10.68 km/h

□□□□: 5:37 min/km

□□□□□/□□□: 446 (of 637)

□□□□□/□: 60 (of 144)

□□□□□□: 38:07

□□□□□: 8(of 25)

□□□□□□□: 47:51

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde Langstrec	2.00	12:04	6:01	11	2:53	87	4:44	2.00	12:04	6:01	18		77	4:44
Runde Langstrec	2.00	11:09	5:34	8	1:43	69	3:32	4.00	23:13	5:48	18		77	8:16
Runde Langstrec	2.00	11:03	5:31	7	1:27	58	3:17	6.00	34:16	5:42	18		77	11:33
Runde Langstrec	2.00	11:03	5:31	6	1:14	52	3:17	8.00	45:19	5:39	16		77	14:50
Leichtathletikh	2.00	10:53	5:26	6	1:04	57	3:15	10.00	56:12	5:37	8	8:21	60	18:05