



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

□□□□

Krauß, Ines

□□: Sprötau

□□: 1145

□□: 10.00 km

Vintage VDB Lauf

□□□□:

Seniorinnen W40 (40-49 Jahre)

□□□: 58:51

□□: 10.20 km/h

□□□□: 5:53 min/km

□□□□□/□□□: 527 (of 637)

□□□□□/□: 87 (of 144)

□□□□□□: 38:07

□□□□□: 28(of 45)

□□□□□□□: 46:20

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde Langstrec	2.00	12:49	6:24	36	3:08	118	5:29	2.00	12:49	6:24	4	1:52	80	5:29
Runde Langstrec	2.00	11:31	5:45	27	2:21	84	3:54	4.00	24:20	6:04	4	2:55	80	9:23
Runde Langstrec	2.00	11:31	5:45	26	2:17	79	3:45	6.00	35:51	5:58	4	5:12	80	13:08
Runde Langstrec	2.00	11:41	5:50	29	2:27	81	3:55	8.00	47:32	5:56	6	5:33	80	17:03
Leichtathletikh	2.00	11:19	5:39	27	2:20	78	3:41	10.00	58:51	5:53	28	12:31	87	20:44