



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

□□□□

Hoffmann, Susanne

□□: Jena

□□: 1526

□□: 10.00 km

Vintage VDB Lauf

□□□□:

Seniorinnen W40 (40-49 Jahre)

□□□: 53:22

□□: 11.24 km/h

□□□□: 5:20 min/km

□□□□□/□□□: 363 (of 637)

□□□□□/□: 40 (of 144)

□□□□□□: 38:07

□□□□□: 10(of 45)

□□□□□□□: 46:20

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde Langstrec	2.00	10:33	5:16	9	0:52	31	3:13	2.00	10:33	5:16	7			84	3:13
Runde Langstrec	2.00	10:44	5:21	14	1:34	49	3:07	4.00	21:17	5:19	7			84	6:20
Runde Langstrec	2.00	10:47	5:23	13	1:33	44	3:01	6.00	32:04	5:20	7	1:25		84	9:21
Runde Langstrec	2.00	10:45	5:22	9	1:31	39	2:59	8.00	42:49	5:21	9	0:50		84	12:20
Leichtathletikh	2.00	10:33	5:16	11	1:34	41	2:55	10.00	53:22	5:20	10	7:02		40	15:15