



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

□□□□

Kirchner, Manuela

□□: KS Sportsworld

□□: 1641

□□: 10.00 km

Vintage VDB Lauf

□□□□:

Seniorinnen W30 (30-39 Jahre)

□□□: 1:00:50

□□: 9.86 km/h

□□□□: 6:05 min/km

□□□□□/□□□: 567 (of 637)

□□□□□/□: 106 (of 144)

□□□□□□: 38:07

□□□□□: 34(of 39)

□□□□□□□: 38:07

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde Langstrec	2.00	12:50	6:25	35	5:30	119	5:30	2.00	12:50	6:25	10	3:16	64	5:30	
Runde Langstrec	2.00	11:37	5:48	31	4:00	91	4:00	4.00	24:27	6:06	10	5:27	64	9:30	
Runde Langstrec	2.00	11:51	5:55	30	4:05	98	4:05	6.00	36:18	6:02	10	7:57	64	13:35	
Runde Langstrec	2.00	12:13	6:06	32	4:27	108	4:27	8.00	48:31	6:03	10	10:46	96	18:02	
Leichtathletikh	2.00	12:19	6:09	35	4:41	116	4:41	10.00	1:00:50	6:05	34	22:43	106	22:43	