



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

□□□□

Schirmbacher, Odette

□□: SC-Impuls

□□: 1234

□□: 10.00 km

Vintage VDB Lauf

□□□□:

Seniorinnen W40 (40-49 Jahre)

□□□: 53:54

□□: 11.13 km/h

□□□□: 5:23 min/km

□□□□□/□□□: 377 (of 637)

□□□□□/□: 42 (of 144)

□□□□□□: 38:07

□□□□□: 12(of 45)

□□□□□□□: 46:20

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde Langstrec	2.00	10:57	5:28	14	1:16	44	3:37	2.00	10:57	5:28	1	-	22	3:37	
Runde Langstrec	2.00	10:28	5:14	10	1:18	42	2:51	4.00	21:25	5:21	1	-	106	6:28	
Runde Langstrec	2.00	10:44	5:21	11	1:30	42	2:58	6.00	32:09	5:21	13	1:30	106	9:26	
Runde Langstrec	2.00	10:51	5:25	13	1:37	43	3:05	8.00	43:00	5:22	13	1:01	100	12:31	
Leichtathletikh	2.00	10:54	5:27	18	1:55	58	3:16	10.00	53:54	5:23	12	7:34	42	15:47	