



41. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2014

□□□□

Dinort, Sandy

□□: TSSC Erfurt/ GDRT

□□: 1012

□□: 10.00 km

Vintage VDB Lauf

□□□□:

Frauen (20-29 Jahre)

□□□: 48:21

□□: 12.41 km/h

□□□□: 4:50 min/km

□□□□□/□□□: 208 (of 637)

□□□□□/□: 15 (of 144)

□□□□□□: 38:07

□□□□□: 7(of 24)

□□□□□□□: 42:00

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde Langstrec	2.00	9:05	4:32	5	0:38	8	1:45	2.00	9:05	4:32	7			122	1:45
Runde Langstrec	2.00	9:34	4:46	7	1:07	13	1:57	4.00	18:39	4:39	7			122	3:42
Runde Langstrec	2.00	9:55	4:57	9	1:34	20	2:09	6.00	28:34	4:45	7			122	5:51
Runde Langstrec	2.00	10:06	5:02	10	1:39	23	2:20	8.00	38:40	4:49	7			113	8:11
Leichtathletikhal	2.00	9:41	4:50	10	1:23	17	2:03	10.00	48:21	4:50	7	6:21		15	10:14