



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

0000

Göbel, Sebastian

00: Braunschweig

00: 1135

00: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

0000:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

000: 44:23

00: 13.52 km/h

0000: 4:26 min/km

00000/000: 128 (of 686)

00000/0: 117 (of 543)

000000: 29:39

00000: 34(of 136)

0000000: 32:18

0000

0000

000

000	00 km	00 00	00 min/km	00 -	00 -	00 0	00 0	000	000 km	000 00	000 min/km	00 -	00 -	00 0	00 0
Runde	2.00	8:54	4:27	35	2:29	125	2:52	2.00	8:54	4:27	22	2:29	59	2:52	
Runde	2.00	8:44	4:21	38	2:12	122	2:47	4.00	17:38	4:24	16	4:41	49	5:39	
Runde	2.00	8:53	4:26	37	2:13	126	2:58	6.00	26:31	4:25	127	6:54	149	8:37	
Runde	2.00	9:02	4:30	36	2:34	124	3:07	8.00	35:33	4:26	127	9:28	92	11:44	
Leichtathletikhall	2.00	8:50	4:25	42	2:37	138	3:00	10.00	44:23	4:26	34	12:05	117	14:44	