



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

□□□□

Sluka, Jens

□□□: 21:09

□□: Salza Läufer

□□: 11.35 km/h

□□: 552

□□□□: 5:17 min/km

□□: 4.00 km

□□□□□/□□□: 220 (of 477)

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelhüringen

□□□□□/□: 172 (of 315)

□□□□□□: 12:17

□□□□:

□□□□□: 30(of 67)

Senioren M40 (40-49 Jahre)

□□□□□□□: 13:52

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	10:50	5:25	33	4:03	178	4:50	2.00	10:50	5:25	58		134	4:50
Leichtathletikhäl	2.00	10:19	5:09	31	3:14	170	4:05	4.00	21:09	5:17	30	7:17	172	8:52