



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

□□□□

Porzelt, Dominik

□□□: 16:34

□□: Mühlhausen

□□: 14.49 km/h

□□: 293

□□□□: 4:08 min/km

□□: 4.00 km

□□□□□/□□□: 55 (of 477)

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelhüringen

□□□□□/□: 49 (of 315)

□□□□□□: 12:17

□□□□:

□□□□□: 6(of 54)

Senioren M30 (30-39 Jahre)

□□□□□□□: 12:17

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	8:19	4:09	6	2:19	62	2:19	2.00	8:19	4:09	31		22	2:19
Leichtathletikhäl	2.00	8:15	4:07	7	1:58	44	2:01	4.00	16:34	4:08	6	4:17	49	4:17