



# 40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

0000

Rebenschütz, Kay

000: 20:02

00: Erfurt

00: 11.98 km/h

00: 48

0000: 5:01 min/km

00: 4.00 km

00000/000: 168 (of 477)

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelhüringen

00000/0: 136 (of 315)

000000: 12:17

0000:

00000: 23(of 67)

Senioren M40 (40-49 Jahre)

0000000: 13:52

0000

0000

000

| 000               | 00<br>km | 00<br>00 | 00<br>min/km | 00<br>- | 00<br>- | 00<br>0 | 00<br>0 | 000  | 000<br>km | 000<br>00 | 000<br>min/km | 00<br>- | 00<br>- | 00<br>0 | 00<br>0 |
|-------------------|----------|----------|--------------|---------|---------|---------|---------|------|-----------|-----------|---------------|---------|---------|---------|---------|
| Runde             | 2.00     | 10:06    | 5:02         | 25      | 3:19    | 137     | 4:06    | 2.00 | 10:06     | 5:02      | 16            |         |         | 122     | 4:06    |
| Leichtathletikhal | 2.00     | 9:56     | 4:58         | 25      | 2:51    | 141     | 3:42    | 4.00 | 20:02     | 5:00      | 23            | 6:10    |         | 136     | 7:45    |