



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

□□□□

Rady, Dirk

□□□: 24:27

□□: TC Erfurt 93

□□: 9.82 km/h

□□: 699

□□□□: 6:07 min/km

□□: 4.00 km

□□□□□/□□□: 394 (of 477)

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelhüringen

□□□□□/□: 282 (of 315)

□□□□□□: 12:17

□□□□:

□□□□□: 60(of 67)

Senioren M40 (40-49 Jahre)

□□□□□□□: 13:52

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	12:41	6:20	62	5:54	290	6:41	2.00	12:41	6:20	7	1:22	209	6:41
Leichtathletikhall	2.00	11:46	5:53	56	4:41	266	5:32	4.00	24:27	6:06	60	10:35	282	12:10