



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

□□□□

Pfeuffer, Jörg

□□□: 16:18

□□: USV Erfurt

□□: 14.72 km/h

□□: 308

□□□□: 4:05 min/km

□□: 4.00 km

□□□□□/□□□: 44 (of 477)

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelhüringen

□□□□□/□: 39 (of 315)

□□□□□□: 12:17

□□□□:

□□□□□: 5(of 54)

Senioren M30 (30-39 Jahre)

□□□□□□□: 12:17

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	8:13	4:06	5	2:13	55	2:13	2.00	8:13	4:06	32		29	2:13
Leichtathletikhall	2.00	8:05	4:02	6	1:48	39	1:51	4.00	16:18	4:04	5	4:01	39	4:01