



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

□□□□

Schrader, Rainer

□□□: 22:15

□□: Erfurt

□□: 10.79 km/h

□□: 691

□□□□: 5:34 min/km

□□: 4.00 km

□□□□□/□□□: 288 (of 477)

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelhüringen

□□□□□/□: 221 (of 315)

□□□□□□: 12:17

□□□□:

□□□□□: 25(of 35)

Senioren M50 (50-59 Jahre)

□□□□□□□: 15:11

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	11:09	5:34	26	4:52	212	5:09	2.00	11:09	5:34	7	0:26	226	5:09
Leichtathletikh	2.00	11:06	5:32	26	3:24	231	4:52	4.00	22:15	5:33	25	7:04	221	9:58