



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

□□□□

Liebold, Silvio

□□: SV Sömmerda

□□: 41

□□: 4.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelhüringen

□□□□:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

□□□: 16:42

□□: 14.37 km/h

□□□□: 4:11 min/km

□□□□□/□□□: 67 (of 477)

□□□□□/□: 59 (of 315)

□□□□□□: 12:17

□□□□□: 10(of 67)

□□□□□□□: 13:52

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	8:14	4:06	8	1:27	56	2:14	2.00	8:14	4:06	47		37	2:14
Leichtathletikhäl	2.00	8:28	4:14	11	1:23	62	2:14	4.00	16:42	4:10	10	2:50	59	4:25