



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

□□□□

Kirchner, Björn

□□: FC RotWeiß Erfurt

□□: 617

□□: 4.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelhüringen

□□□□:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

□□□: 20:18

□□: 11.82 km/h

□□□□: 5:05 min/km

□□□□□/□□□: 177 (of 477)

□□□□□/□: 145 (of 315)

□□□□□□: 12:17

□□□□□: 20(of 54)

□□□□□□□: 12:17

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	9:57	4:58	18	3:57	135	3:57	2.00	9:57	4:58	20		278	3:57
Leichtathletikhall	2.00	10:21	5:10	25	4:04	173	4:07	4.00	20:18	5:04	20	8:01	145	8:01