



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

□□□□

Eberlein, Rainer

□□□: 20:37

□□: impuls erfurt

□□: 11.64 km/h

□□: 199

□□□□: 5:09 min/km

□□: 4.00 km

□□□□□/□□□: 189 (of 477)

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelhüringen

□□□□□/□: 153 (of 315)

□□□□□□: 12:17

□□□□:

□□□□□: 3(of 11)

Senioren M60 (60-69 Jahre)

□□□□□□□: 16:51

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	10:20	5:10	3	1:49	148	4:20	2.00	10:20	5:10	3	1:16	112	4:20
Leichtathletikhall	2.00	10:17	5:08	5	1:57	165	4:03	4.00	20:37	5:09	3	3:46	153	8:20