



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

□□□□

Walter, Stefan

□□□: 21:01

□□: Erfurt

□□: 11.42 km/h

□□: 599

□□□□: 5:15 min/km

□□: 4.00 km

□□□□□/□□□: 211 (of 477)

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelhüringen

□□□□□/□: 165 (of 315)

□□□□□□: 12:17

□□□□:

□□□□□: 23(of 54)

Senioren M30 (30-39 Jahre)

□□□□□□□: 12:17

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	11:40	5:49	33	5:40	237	5:40	2.00	11:40	5:49	24		139	5:40
Leichtathletikhäl	2.00	9:21	4:40	13	3:04	104	3:07	4.00	21:01	5:15	23	8:44	165	8:44