



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

□□□□

Protze, Rolf

□□□: 21:55

□□: WSV Schmiedefeld

□□: 10.95 km/h

□□: 642

□□□□: 5:29 min/km

□□: 4.00 km

□□□□□/□□□: 267 (of 477)

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelhüringen

□□□□□/□: 207 (of 315)

□□□□□□: 12:17

□□□□:

□□□□□: 7(of 11)

Senioren M60 (60-69 Jahre)

□□□□□□□: 16:51

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	11:10	5:34	7	2:39	214	5:10	2.00	11:10	5:34	11	2:06	301	5:10
Leichtathletikhall	2.00	10:45	5:22	7	2:25	204	4:31	4.00	21:55	5:28	7	5:04	207	9:38