



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

□□□□

Bomberg, Dirk

□□: impuls erfurt

□□: 172

□□: 4.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelhüringen

□□□□:

Senioren M50 (50-59 Jahre)

□□□: 16:25

□□: 14.62 km/h

□□□□: 4:06 min/km

□□□□□/□□□: 49 (of 477)

□□□□□/□: 44 (of 315)

□□□□□□: 12:17

□□□□□: 3(of 35)

□□□□□□□: 15:11

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	8:06	4:02	4	1:49	44	2:06	2.00	8:06	4:02	18		26	2:06
Leichtathletikhall	2.00	8:19	4:09	4	0:37	48	2:05	4.00	16:25	4:06	3	1:14	44	4:08