



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

□□□□

Rommeiß, Andre

□□□: 20:17

□□: 115

□□: 11.83 km/h

□□□□: 5:04 min/km

□□: 4.00 km

□□□□□/□□□: 176 (of 477)

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelhüringen

□□□□□/□: 144 (of 315)

□□□□□□: 12:17

□□□□:

□□□□□: 19(of 54)

Senioren M30 (30-39 Jahre)

□□□□□□□: 12:17

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	10:41	5:20	22	4:41	166	4:41	2.00	10:41	5:20	27		314	4:41
Leichtathletikhall	2.00	9:36	4:47	18	3:19	118	3:22	4.00	20:17	5:04	19	8:00	144	8:00