



# 40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

□□□□

**Panse, Adrian**

□□: USV Erfurt

□□: 829

□□: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

□□□□:

Männer (20-29 Jahre)

□□□: 35:42

□□: 16.81 km/h

□□□□: 3:34 min/km

□□□□□/□□□: 12 (of 686)

□□□□□/□: 11 (of 543)

□□□□□□: 29:39

□□□□□: 6(of 69)

□□□□□□□: 29:39

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	7:07	3:33	9	1:05	18	1:05	2.00	7:07	3:33	50			11	1:05
Runde	2.00	7:10	3:35	8	1:13	14	1:13	4.00	14:17	3:34	50			10	2:18
Runde	2.00	7:16	3:38	6	1:21	11	1:21	6.00	21:33	3:35	50			9	3:39
Runde	2.00	7:14	3:37	6	1:19	11	1:19	8.00	28:47	3:35	50			9	4:58
Leichtathletikhall	2.00	6:55	3:27	7	1:05	11	1:05	10.00	35:42	3:34	6	6:03		11	6:03