



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

□□□□

Kühn, Jürgen

□□: SV Ilmtal Manebach

□□: 1077

□□: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

□□□□:

Senioren M50 (50-59 Jahre)

□□□: 42:38

□□: 14.07 km/h

□□□□: 4:16 min/km

□□□□□/□□□: 87 (of 686)

□□□□□/□: 79 (of 543)

□□□□□□: 29:39

□□□□□: 10(of 107)

□□□□□□□: 39:41

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	8:02	4:00	7	0:27	60	2:00	2.00	8:02	4:00	11	0:27	83	2:00	
Runde	2.00	8:19	4:09	6	0:22	64	2:22	4.00	16:21	4:05	11	0:46	82	4:22	
Runde	2.00	8:35	4:17	10	0:28	81	2:40	6.00	24:56	4:09	11	1:14	81	7:02	
Runde	2.00	8:54	4:27	11	0:50	106	2:59	8.00	33:50	4:13	11	2:04	80	10:01	
Leichtathletikhall	2.00	8:48	4:24	11	0:53	129	2:58	10.00	42:38	4:15	10	2:57	79	12:59	