



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

0000

Förter, René

00: Suhler Döllbergverein Skialpine e.V.

00: 976

00: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

0000:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

000: 50:08

00: 11.97 km/h

0000: 5:01 min/km

00000/000: 335 (of 686)

00000/0: 303 (of 543)

000000: 29:39

00000: 87(of 136)

0000000: 32:18

0000

0000

000

000	00 km	00 00	00 min/km	00 -	00 -	00 0	00 0	000	000 00	000 min/km	00 -	00 -	00 0	00 0
Runde	2.00	10:21	5:10	86	3:56	308	4:19	2.00	10:21	5:10	63	3:56	205	4:19
Runde	2.00	9:30	4:45	75	2:58	250	3:33	4.00	19:51	4:57	62	6:54	222	7:52
Runde	2.00	9:49	4:54	80	3:09	282	3:54	6.00	29:40	4:56	62	10:03	221	11:46
Runde	2.00	10:11	5:05	92	3:43	327	4:16	8.00	39:51	4:58	62	13:46	201	16:02
Leichtathletikhall	2.00	10:17	5:08	101	4:04	374	4:27	10.00	50:08	5:00	87	17:50	303	20:29