



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

□□□□

Köhler, Joe

□□: Oskars Läufer

□□: 1332

□□: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

□□□□:

männliche Jugend U20 (18-19 Jahre)

□□□: 53:35

□□: 11.20 km/h

□□□□: 5:22 min/km

□□□□□/□□□: 470 (of 686)

□□□□□/□: 411 (of 543)

□□□□□□: 29:39

□□□□□: 18(of 20)

□□□□□□□: 32:24

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	11:49	5:54	18	5:24	482	5:47	2.00	11:49	5:54	1	-	283	5:47
Runde	2.00	10:38	5:18	17	4:06	433	4:41	4.00	22:27	5:36	1	-	281	10:28
Runde	2.00	10:34	5:16	18	3:54	405	4:39	6.00	33:01	5:30	8	0:01	307	15:07
Runde	2.00	10:27	5:13	15	3:59	359	4:32	8.00	43:28	5:26	8	0:01	306	19:39
Leichtathletikhall	2.00	10:07	5:03	16	3:48	352	4:17	10.00	53:35	5:21	18	21:11	411	23:56