



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

□□□□

Kornhas, Christoph

□□□: 14:09

□□: SV Emsetal

□□: 16.96 km/h

□□: 583

□□□□: 3:32 min/km

□□: 4.00 km

□□□□□/□□□: 15 (of 477)

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelhüringen

□□□□□/□: 15 (of 315)

□□□□□□: 12:17

□□□□:

□□□□□: 3(of 54)

Senioren M30 (30-39 Jahre)

□□□□□□□: 12:17

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	6:52	3:25	3	0:52	15	0:52	2.00	6:52	3:25	30		10	0:52
Leichtathletikhäl	2.00	7:17	3:38	3	1:00	15	1:03	4.00	14:09	3:32	3	1:52	15	1:52