



# 40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

□□□□

**Seise, Eric**

□□: SV 1899 Mühlhausen

□□: 1087

□□: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

□□□□:

männliche Jugend U20 (18-19 Jahre)

□□□: 45:48

□□: 13.10 km/h

□□□□: 4:35 min/km

□□□□□/□□□□: 184 (of 686)

□□□□□/□: 168 (of 543)

□□□□□□: 29:39

□□□□□: 7(of 20)

□□□□□□□: 32:24

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	8:18	4:09	5	1:53	77	2:16	2.00	8:18	4:09	6			102	2:16
Runde	2.00	8:58	4:29	8	2:26	164	3:01	4.00	17:16	4:18	6			3	5:17
Runde	2.00	9:17	4:38	8	2:37	189	3:22	6.00	26:33	4:25	6			440	8:39
Runde	2.00	9:29	4:44	8	3:01	205	3:34	8.00	36:02	4:30	6			144	12:13
Leichtathletikhall	2.00	9:46	4:53	10	3:27	284	3:56	10.00	45:48	4:34	7	13:24		168	16:09