



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

□□□□

Keller, Dennis

□□: Erfurt

□□: 1440

□□: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

□□□□:

Männer (20-29 Jahre)

□□□: 55:43

□□: 10.77 km/h

□□□□: 5:34 min/km

□□□□□/□□□: 538 (of 686)

□□□□□/□: 455 (of 543)

□□□□□□: 29:39

□□□□□: 59(of 69)

□□□□□□□: 29:39

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	11:29	5:44	59	5:27	440	5:27	2.00	11:29	5:44	29			233	5:27
Runde	2.00	10:38	5:18	55	4:41	433	4:41	4.00	22:07	5:31	29			464	10:08
Runde	2.00	11:11	5:35	60	5:16	464	5:16	6.00	33:18	5:32	29			463	15:24
Runde	2.00	11:32	5:46	61	5:37	472	5:37	8.00	44:50	5:36	29			462	21:01
Leichtathletikhall	2.00	10:53	5:26	56	5:03	437	5:03	10.00	55:43	5:34	59	26:04		455	26:04