



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

□□□□

Kirmse, Stefan

□□□: 19:39

□□: Nasty Stylistix Erfurt

□□: 12.21 km/h

□□: 584

□□□□: 4:55 min/km

□□: 4.00 km

□□□□□/□□□: 158 (of 477)

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelhüringen

□□□□□/□: 128 (of 315)

□□□□□□: 12:17

□□□□:

□□□□□: 16(of 54)

Senioren M30 (30-39 Jahre)

□□□□□□□: 12:17

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	9:28	4:44	14	3:28	110	3:28	2.00	9:28	4:44	28		88	3:28
Leichtathletikhäl	2.00	10:11	5:05	22	3:54	157	3:57	4.00	19:39	4:54	16	7:22	128	7:22