



# 40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

□□□□

**Augner, Stefan**

□□: Gotha

□□: 1403

□□: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

□□□□:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

□□□: 45:38

□□: 13.15 km/h

□□□□: 4:34 min/km

□□□□□/□□□: 177 (of 686)

□□□□□/□: 162 (of 543)

□□□□□□: 29:39

□□□□□: 46(of 136)

□□□□□□□: 32:18

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	9:02	4:30	41	2:37	144	3:00	2.00	9:02	4:30	123	2:37	111	3:00
Runde	2.00	8:41	4:20	36	2:09	112	2:44	4.00	17:43	4:25	122	4:46	480	5:44
Runde	2.00	9:08	4:33	48	2:28	159	3:13	6.00	26:51	4:28	122	7:14	479	8:57
Runde	2.00	9:32	4:46	62	3:04	211	3:37	8.00	36:23	4:32	122	10:18	478	12:34
Leichtathletikhall	2.00	9:15	4:37	59	3:02	208	3:25	10.00	45:38	4:33	46	13:20	162	15:59