



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

□□□□

Wilhelm, Josef

□□: Triathlonverein Friedrichroda

□□: 827

□□: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

□□□□:

Männer (20-29 Jahre)

□□□: 42:53

□□: 13.99 km/h

□□□□: 4:17 min/km

□□□□□/□□□: 94 (of 686)

□□□□□/□: 86 (of 543)

□□□□□□: 29:39

□□□□□: 21(of 69)

□□□□□□□: 29:39

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	7:58	3:59	18	1:56	51	1:56	2.00	7:58	3:59	27			49	1:56
Runde	2.00	8:31	4:15	22	2:34	91	2:34	4.00	16:29	4:07	27			50	4:30
Runde	2.00	8:42	4:20	22	2:47	101	2:47	6.00	25:11	4:11	27			480	7:17
Runde	2.00	8:51	4:25	21	2:56	98	2:56	8.00	34:02	4:15	27			67	10:13
Leichtathletikhaf	2.00	8:51	4:25	28	3:01	142	3:01	10.00	42:53	4:17	21	13:14		86	13:14