



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

□□□□

Manthee, Frank

□□□: 15:11

□□: SV Glückauf Sondershausen

□□: 15.81 km/h

□□: 282

□□□□: 3:48 min/km

□□: 4.00 km

□□□□□/□□□: 28 (of 477)

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelhüringen

□□□□□/□: 26 (of 315)

□□□□□□: 12:17

□□□□:

□□□□□: 1(of 35)

Senioren M50 (50-59 Jahre)

□□□□□□□: 15:11

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	7:29	3:44	2	1:12	27	1:29	2.00	7:29	3:44	24	-	90	1:29
Leichtathletikhäl	2.00	7:42	3:51	1	-	28	1:28	4.00	15:11	3:47	1	-	26	2:54