



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

□□□□

Lelitko, Nils

□□: SVB- Hüfingen

□□: 1292

□□: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

□□□□:

Männer (20-29 Jahre)

□□□: 46:42

□□: 12.85 km/h

□□□□: 4:40 min/km

□□□□□/□□□: 207 (of 686)

□□□□□/□: 189 (of 543)

□□□□□□: 29:39

□□□□□: 34(of 69)

□□□□□□□: 29:39

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	9:21	4:40	31	3:19	174	3:19	2.00	9:21	4:40	25		344	3:19
Runde	2.00	9:18	4:39	36	3:21	210	3:21	4.00	18:39	4:39	25		184	6:40
Runde	2.00	9:28	4:44	37	3:33	221	3:33	6.00	28:07	4:41	25		391	10:13
Runde	2.00	9:33	4:46	37	3:38	217	3:38	8.00	37:40	4:42	25		489	13:51
Leichtathletikhaf	2.00	9:02	4:30	37	3:12	172	3:12	10.00	46:42	4:40	34	17:03	189	17:03