



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

□□□□

Stöhr, Michael

□□□: 19:33

□□: Erfurt

□□: 12.28 km/h

□□: 299

□□□□: 4:53 min/km

□□: 4.00 km

□□□□□/□□□: 154 (of 477)

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelhüringen

□□□□□/□: 123 (of 315)

□□□□□□: 12:17

□□□□:

□□□□□: 11(of 35)

Senioren M50 (50-59 Jahre)

□□□□□□□: 15:11

□□□□

□□□□

□□□

| □□□ | □□ km | □□ □□ | □□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ | □□□ | □□□ □□ | □□□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ |
|--------------------|----------|----------|--------------|---------|---------|---------|---------|------|-----------|---------------|---------|---------|---------|---------|
| Runde | 2.00 | 9:56 | 4:58 | 12 | 3:39 | 134 | 3:56 | 2.00 | 9:56 | 4:58 | 27 | | 96 | 3:56 |
| Leichtathletikhall | 2.00 | 9:37 | 4:48 | 10 | 1:55 | 120 | 3:23 | 4.00 | 19:33 | 4:53 | 11 | 4:22 | 123 | 7:16 |