



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

□□□□

Krause, Uwe

□□□: 16:26

□□: Alach

□□: 14.60 km/h

□□: 117

□□□□: 4:07 min/km

□□: 4.00 km

□□□□□/□□□: 50 (of 477)

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelhüringen

□□□□□/□: 45 (of 315)

□□□□□□: 12:17

□□□□:

□□□□□: 4(of 35)

Senioren M50 (50-59 Jahre)

□□□□□□□: 15:11

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	8:16	4:08	5	1:59	58	2:16	2.00	8:16	4:08	19		94	2:16
Leichtathletikhall	2.00	8:10	4:04	2	0:28	41	1:56	4.00	16:26	4:06	4	1:15	45	4:09