



# 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

□□□□

□□□□

□□□

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