



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

□□□□

Wolfram, Falko

□□□: 18:27

□□: RV Elxleben

□□: 13.01 km/h

□□: 205

□□□□: 4:37 min/km

□□: 4.00 km

□□□□□/□□□: 117 (of 477)

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelhüringen

□□□□□/□: 100 (of 315)

□□□□□□: 12:17

□□□□:

□□□□□: 18(of 67)

Senioren M40 (40-49 Jahre)

□□□□□□□: 13:52

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	9:17	4:38	17	2:30	103	3:17	2.00	9:17	4:38	53		110	3:17
Leichtathletikhall	2.00	9:10	4:34	18	2:05	97	2:56	4.00	18:27	4:36	18	4:35	100	6:10