



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

□□□□

Rink, Ronny

□□□: 20:34

□□: FC Union Mühlhausen

□□: 11.67 km/h

□□: 604

□□□□: 5:08 min/km

□□: 4.00 km

□□□□□/□□□: 185 (of 477)

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelhüringen

□□□□□/□: 151 (of 315)

□□□□□□: 12:17

□□□□:

□□□□□: 25(of 67)

Senioren M40 (40-49 Jahre)

□□□□□□□: 13:52

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	10:44	5:21	30	3:57	169	4:44	2.00	10:44	5:21	56		118	4:44
Leichtathletikhäl	2.00	9:50	4:55	23	2:45	134	3:36	4.00	20:34	5:08	25	6:42	151	8:17