



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

□□□□

Niodus, Gerald

□□□: 20:52

□□: Medizin Erfurt

□□: 11.50 km/h

□□: 586

□□□□: 5:13 min/km

□□: 4.00 km

□□□□□/□□□: 201 (of 477)

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelhüringen

□□□□□/□: 161 (of 315)

□□□□□□: 12:17

□□□□:

□□□□□: 18(of 35)

Senioren M50 (50-59 Jahre)

□□□□□□□: 15:11

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	10:59	5:29	25	4:42	206	4:59	2.00	10:59	5:29	31	0:16	133	4:59
Leichtathletikhall	2.00	9:53	4:56	15	2:11	137	3:39	4.00	20:52	5:13	18	5:41	161	8:35