



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

□□□□

Windisch, Michael

□□□: 21:56

□□: PSV Meiningen

□□: 10.94 km/h

□□: 223

□□□□: 5:29 min/km

□□: 4.00 km

□□□□□/□□□: 268 (of 477)

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelhüringen

□□□□□/□: 209 (of 315)

□□□□□□: 12:17

□□□□:

□□□□□: 30(of 54)

Senioren M30 (30-39 Jahre)

□□□□□□□: 12:17

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	11:23	5:41	28	5:23	223	5:23	2.00	11:23	5:41	47	-	142	5:23
Leichtathletikhall	2.00	10:33	5:16	28	4:16	187	4:19	4.00	21:56	5:29	30	9:39	209	9:39