



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

□□□□

Eras, Jens-Uwe

□□□: 21:58

□□: Erfurt

□□: 10.93 km/h

□□: 71

□□□□: 5:29 min/km

□□: 4.00 km

□□□□□/□□□: 274 (of 477)

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelhüringen

□□□□□/□: 215 (of 315)

□□□□□□: 12:17

□□□□:

□□□□□: 48(of 67)

Senioren M40 (40-49 Jahre)

□□□□□□□: 13:52

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	11:29	5:44	50	4:42	229	5:29	2.00	11:29	5:44	61	0:10	151	5:29
Leichtathletikhall	2.00	10:29	5:14	37	3:24	184	4:15	4.00	21:58	5:29	48	8:06	215	9:41