



# 40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

□□□□

Frießleben, Robert

□□□: 22:17

□□: Dresden

□□: 10.77 km/h

□□: 500

□□□□: 5:34 min/km

□□: 4.00 km

□□□□□/□□□: 289 (of 477)

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelhüringen

□□□□□/□: 223 (of 315)

□□□□□□: 12:17

□□□□:

□□□□□: 32(of 54)

Senioren M30 (30-39 Jahre)

□□□□□□□: 12:17

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	11:24	5:42	29	5:24	224	5:24	2.00	11:24	5:42	52		155	5:24
Leichtathletikhall	2.00	10:53	5:26	37	4:36	215	4:39	4.00	22:17	5:34	32	10:00	223	10:00