



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

□□□□

Fischer, Steffen

□□□: 21:10

□□: LSG 80 Schmückeläufer

□□: 11.34 km/h

□□: 300

□□□□: 5:17 min/km

□□: 4.00 km

□□□□□/□□□: 224 (of 477)

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelhüringen

□□□□□/□: 176 (of 315)

□□□□□□: 12:17

□□□□:

□□□□□: 24(of 54)

Senioren M30 (30-39 Jahre)

□□□□□□□: 12:17

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	11:39	5:49	31	5:39	233	5:39	2.00	11:39	5:49	2		162	5:39
Leichtathletikhall	2.00	9:31	4:45	16	3:14	112	3:17	4.00	21:10	5:17	24	8:53	176	8:53