



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

□□□□

Rebenschütz, Kay

□□□: 20:02

□□: Erfurt

□□: 11.98 km/h

□□: 48

□□□□: 5:01 min/km

□□: 4.00 km

□□□□□/□□□: 168 (of 477)

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelhüringen

□□□□□/□: 136 (of 315)

□□□□□□: 12:17

□□□□:

□□□□□: 23(of 67)

Senioren M40 (40-49 Jahre)

□□□□□□□: 13:52

□□□□

□□□□

□□□

| □□□ | □□ km | □□ □□ | □□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ | □□□ | □□□ □□ | □□□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ |
|-------------------|----------|----------|--------------|---------|---------|---------|---------|------|-----------|---------------|---------|---------|---------|---------|
| Runde | 2.00 | 10:06 | 5:02 | 25 | 3:19 | 137 | 4:06 | 2.00 | 10:06 | 5:02 | 16 | | 122 | 4:06 |
| Leichtathletikhäl | 2.00 | 9:56 | 4:58 | 25 | 2:51 | 141 | 3:42 | 4.00 | 20:02 | 5:00 | 23 | 6:10 | 136 | 7:45 |