



# 40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

□□□□

**Apel, Ewald**

□□□: 21:51

□□: SSC 02 Erfurt

□□: 10.98 km/h

□□: 331

□□□□: 5:28 min/km

□□: 4.00 km

□□□□□/□□□: 265 (of 477)

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelhüringen

□□□□□/□: 206 (of 315)

□□□□□□: 12:17

□□□□:

□□□□□: 43(of 67)

Senioren M40 (40-49 Jahre)

□□□□□□□: 13:52

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	10:58	5:29	41	4:11	203	4:58	2.00	10:58	5:29	4		213	4:58
Leichtathletikhall	2.00	10:53	5:26	44	3:48	215	4:39	4.00	21:51	5:27	43	7:59	206	9:34