



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

□□□□

Pokahr, Viola

□□□: 28:08

□□: Sonntagsläufer Tambach-Dietharz

□□: 8.53 km/h

□□: 145

□□□□: 7:02 min/km

□□: 4.00 km

□□□□□/□□□: 462 (of 477)

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelhüringen

□□□□□/□: 151 (of 162)

□□□□□□: 14:18

□□□□:

□□□□□: 13(of 14)

Seniorinnen W50 (50-59 Jahre)

□□□□□□□: 20:18

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	14:08	7:03	12	3:50	156	7:06	2.00	14:08	7:03	10	3:50	111	7:00
Leichtathletikhall	2.00	14:00	7:00	12	4:01	147	6:44	4.00	28:08	7:01	13	7:50	152	13:50