



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

□□□□

Siegemund, Peter

□□□: 21:11

□□: Alterbergen

□□: 11.33 km/h

□□: 256

□□□□: 5:18 min/km

□□: 4.00 km

□□□□□/□□□: 226 (of 477)

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelhüringen

□□□□□/□: 178 (of 315)

□□□□□□: 12:17

□□□□:

□□□□□: 6(of 11)

Senioren M60 (60-69 Jahre)

□□□□□□□: 16:51

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	10:55	5:27	6	2:24	195	4:55	2.00	10:55	5:27	9	1:51	117	4:55
Leichtathletikhäl	2.00	10:16	5:08	4	1:56	164	4:02	4.00	21:11	5:17	6	4:20	178	8:54