



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

□□□□

Krauß, Jan

□□□: 18:41

□□: Dachwig

□□: 12.85 km/h

□□: 90

□□□□: 4:40 min/km

□□: 4.00 km

□□□□□/□□□: 123 (of 477)

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelhüringen

□□□□□/□: 103 (of 315)

□□□□□□: 12:17

□□□□:

□□□□□: 19(of 67)

Senioren M40 (40-49 Jahre)

□□□□□□□: 13:52

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	9:54	4:57	23	3:07	133	3:54	2.00	9:54	4:57	30		264	3:54
Leichtathletikh	2.00	8:47	4:23	15	1:42	83	2:33	4.00	18:41	4:40	19	4:49	103	6:24