



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

□□□□

Lamprecht, Uwe

□□□: 16:41

□□: Amberg

□□: 14.39 km/h

□□: 510

□□□□: 4:10 min/km

□□: 4.00 km

□□□□□/□□□: 66 (of 477)

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelhüringen

□□□□□/□: 57 (of 315)

□□□□□□: 12:17

□□□□:

□□□□□: 5 (of 35)

Senioren M50 (50-59 Jahre)

□□□□□□□: 15:11

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	8:23	4:11	6	2:06	65	2:23	2.00	8:23	4:11	14		67	2:23
Leichtathletikhäl	2.00	8:18	4:09	3	0:36	47	2:04	4.00	16:41	4:10	5	1:30	57	4:24