



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

□□□□

Röske, Dirk

□□□: 21:41

□□: Erfurt

□□: 11.07 km/h

□□: 503

□□□□: 5:25 min/km

□□: 4.00 km

□□□□□/□□□: 252 (of 477)

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelhüringen

□□□□□/□: 197 (of 315)

□□□□□□: 12:17

□□□□:

□□□□□: 36(of 67)

Senioren M40 (40-49 Jahre)

□□□□□□□: 13:52

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	10:37	5:18	28	3:50	161	4:37	2.00	10:37	5:18	21		114	4:37
Leichtathletikhäl	2.00	11:04	5:31	49	3:59	226	4:50	4.00	21:41	5:25	36	7:49	197	9:24