



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

□□□□

Teitge, Lutz

□□□: 20:40

□□: SC impuls

□□: 11.61 km/h

□□: 303

□□□□: 5:10 min/km

□□: 4.00 km

□□□□□/□□□: 193 (of 477)

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelhüringen

□□□□□/□: 156 (of 315)

□□□□□□: 12:17

□□□□:

□□□□□: 2(of 9)

Senioren M70 (70 und älter Jahre)

□□□□□□□: 18:49

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	10:22	5:11	3	1:10	151	4:22	2.00	10:22	5:11	9		113	4:22
Leichtathletikhall	2.00	10:18	5:09	2	0:41	169	4:04	4.00	20:40	5:10	2	1:51	156	8:23