



# 40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

□□□□

## Ragoschat, Ornett

□□□: 21:28

□□: Erfurt

□□: 11.18 km/h

□□: 549

□□□□: 5:22 min/km

□□: 4.00 km

□□□□□/□□□: 236 (of 477)

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelhüringen

□□□□□/□: 50 (of 162)

□□□□□□: 14:18

□□□□:

□□□□□: 5 (of 21)

Seniorinnen W30 (30-39 Jahre)

□□□□□□□: 19:35

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	10:49	5:24	4	0:58	51	3:47	2.00	10:49	5:24	2		155	3:41
Leichtathletikhall	2.00	10:39	5:19	4	0:55	56	3:23	4.00	21:28	5:21	5	1:53	51	7:10