



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

□□□□

Lepa, Rick

□□□: 20:29

□□: Erfurt

□□: 11.72 km/h

□□: 50

□□□□: 5:07 min/km

□□: 4.00 km

□□□□□/□□□: 182 (of 477)

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelhüringen

□□□□□/□: 148 (of 315)

□□□□□□: 12:17

□□□□:

□□□□□: 21(of 54)

Senioren M30 (30-39 Jahre)

□□□□□□□: 12:17

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	10:50	5:25	24	4:50	178	4:50	2.00	10:50	5:25	21		134	4:50
Leichtathletikh	2.00	9:39	4:49	19	3:22	125	3:25	4.00	20:29	5:07	21	8:12	148	8:12