



# 40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

□□□□

## Kraft, Ringo

□□: SV Concordia Riethnordhausen

□□: 83

□□: 4.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelhüringen

□□□□:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

□□□: 17:08

□□: 14.01 km/h

□□□□: 4:17 min/km

□□□□□/□□□: 78 (of 477)

□□□□□/□: 68 (of 315)

□□□□□□: 12:17

□□□□□: 8(of 54)

□□□□□□□: 12:17

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	8:52	4:26	8	2:52	86	2:52	2.00	8:52	4:26	34		42	2:52
Leichtathletikhäl	2.00	8:16	4:08	8	1:59	45	2:02	4.00	17:08	4:16	8	4:51	68	4:51