



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

□□□□

Henkel, Tobias

□□: USV Erfurt

□□: 1162

□□: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

□□□□:

Männer (20-29 Jahre)

□□□: 36:48

□□: 16.30 km/h

□□□□: 3:41 min/km

□□□□□/□□□: 19 (of 686)

□□□□□/□: 17 (of 543)

□□□□□□: 29:39

□□□□□: 9(of 69)

□□□□□□□: 29:39

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	7:05	3:32	8	1:03	16	1:03	2.00	7:05	3:32	46			17	1:03
Runde	2.00	7:20	3:39	9	1:23	17	1:23	4.00	14:25	3:36	46			16	2:26
Runde	2.00	7:30	3:45	9	1:35	17	1:35	6.00	21:55	3:39	46			15	4:01
Runde	2.00	7:31	3:45	9	1:36	17	1:36	8.00	29:26	3:40	46			15	5:37
Leichtathletikhall	2.00	7:22	3:40	9	1:32	17	1:32	10.00	36:48	3:40	9	7:09		17	7:09