



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 |