



# 40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

□□□□

**Großner, Jacob**

□□: Laufladen

□□: 1340

□□: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

□□□□:

männliche Jugend U20 (18-19 Jahre)

□□□: 37:33

□□: 15.98 km/h

□□□□: 3:46 min/km

□□□□□/□□□: 23 (of 686)

□□□□□/□: 20 (of 543)

□□□□□□: 29:39

□□□□□: 4(of 20)

□□□□□□□: 32:24

□□□□

□□□□

□□□

| □□□                | □□<br>km | □□<br>□□ | □□<br>min/km | □□<br>- | □□<br>- | □□<br>□ | □□<br>□ | □□□   | □□□<br>km | □□□<br>□□ | □□□<br>min/km | □□<br>- | □□<br>- | □□<br>□ | □□<br>□ |
|--------------------|----------|----------|--------------|---------|---------|---------|---------|-------|-----------|-----------|---------------|---------|---------|---------|---------|
| Runde              | 2.00     | 7:05     | 3:32         | 4       | 0:40    | 16      | 1:03    | 2.00  | 7:05      | 3:32      | 18            |         |         | 17      | 1:03    |
| Runde              | 2.00     | 7:20     | 3:39         | 4       | 0:48    | 17      | 1:23    | 4.00  | 14:25     | 3:36      | 18            |         |         | 16      | 2:26    |
| Runde              | 2.00     | 7:39     | 3:49         | 4       | 0:59    | 20      | 1:44    | 6.00  | 22:04     | 3:40      | 18            |         |         | 17      | 4:10    |
| Runde              | 2.00     | 7:51     | 3:55         | 4       | 1:23    | 24      | 1:56    | 8.00  | 29:55     | 3:44      | 18            |         |         | 17      | 6:06    |
| Leichtathletikhall | 2.00     | 7:38     | 3:49         | 4       | 1:19    | 28      | 1:48    | 10.00 | 37:33     | 3:45      | 4             | 5:09    |         | 20      | 7:54    |