



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

□□□□

Schmidt, Marco

□□: Stadtwerke Erfurt

□□: 1117

□□: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

□□□□:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

□□□: 38:01

□□: 15.78 km/h

□□□□: 3:48 min/km

□□□□□/□□□: 26 (of 686)

□□□□□/□: 23 (of 543)

□□□□□□: 29:39

□□□□□: 2(of 178)

□□□□□□□: 37:27

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	7:13	3:36	2	0:02	22	1:11	2.00	7:13	3:36	3			24	1:11
Runde	2.00	7:35	3:47	3	0:15	24	1:38	4.00	14:48	3:42	3			23	2:49
Runde	2.00	7:49	3:54	3	0:14	26	1:54	6.00	22:37	3:46	2	0:31		22	4:43
Runde	2.00	7:56	3:58	4	0:11	29	2:01	8.00	30:33	3:49	2	0:42		22	6:44
Leichtathletikhall	2.00	7:28	3:44	1	-	19	1:38	10.00	38:01	3:48	2	0:34		23	8:22