



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

□□□□

Stichling, Mario

□□: Team1434

□□: 1641

□□: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

□□□□:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

□□□: 39:28

□□: 15.20 km/h

□□□□: 3:57 min/km

□□□□□/□□□: 35 (of 686)

□□□□□/□: 31 (of 543)

□□□□□□: 29:39

□□□□□: 5(of 178)

□□□□□□□: 37:27

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	7:59	3:59	12	0:48	54	1:57	2.00	7:59	3:59	1	-	3	1:57	
Runde	2.00	7:47	3:53	5	0:27	30	1:50	4.00	15:46	3:56	7	-	32	3:47	
Runde	2.00	7:55	3:57	4	0:20	29	2:00	6.00	23:41	3:56	6	1:35	31	5:47	
Runde	2.00	7:59	3:59	5	0:14	30	2:04	8.00	31:40	3:57	5	1:49	30	7:51	
Leichtathletikhall	2.00	7:48	3:53	7	0:20	35	1:58	10.00	39:28	3:56	5	2:01	31	9:49	