



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

□□□□

Scharf, Torsten

□□: Sparkasse Mittelthüringen

□□: 1261

□□: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

□□□□:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

□□□: 39:44

□□: 15.10 km/h

□□□□: 3:58 min/km

□□□□□/□□□: 41 (of 686)

□□□□□/□: 36 (of 543)

□□□□□□: 29:39

□□□□□: 12(of 136)

□□□□□□□: 32:18

□□□□

□□□□

□□□

| □□□ | □□ km | □□ □□ | □□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ | □□□ | □□□ km | □□□ □□ | □□□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ |
|-------------------|----------|----------|--------------|---------|---------|---------|---------|-------|-----------|-----------|---------------|---------|---------|---------|---------|
| Runde | 2.00 | 7:42 | 3:51 | 13 | 1:17 | 37 | 1:40 | 2.00 | 7:42 | 3:51 | 12 | 1:17 | 38 | 1:40 | |
| Runde | 2.00 | 7:52 | 3:55 | 13 | 1:20 | 34 | 1:55 | 4.00 | 15:34 | 3:53 | 11 | 2:37 | 37 | 3:35 | |
| Runde | 2.00 | 8:06 | 4:02 | 13 | 1:26 | 36 | 2:11 | 6.00 | 23:40 | 3:56 | 10 | 4:03 | 32 | 5:46 | |
| Runde | 2.00 | 8:05 | 4:02 | 11 | 1:37 | 34 | 2:10 | 8.00 | 31:45 | 3:58 | 11 | 5:40 | 35 | 7:56 | |
| Leichtathletikhaf | 2.00 | 7:59 | 3:59 | 15 | 1:46 | 46 | 2:09 | 10.00 | 39:44 | 3:58 | 12 | 7:26 | 36 | 10:05 | |