



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	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ 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