



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

□□□□

Hornung, Frank

□□□: 17:25

□□: Einer für Alle, Alle für Einen

□□: 13.78 km/h

□□: 637

□□□□: 4:21 min/km

□□: 4.00 km

□□□□□/□□□: 87 (of 477)

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelhüringen

□□□□□/□: 76 (of 315)

□□□□□□: 12:17

□□□□:

□□□□□: 9(of 54)

Senioren M30 (30-39 Jahre)

□□□□□□□: 12:17

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	8:47	4:23	7	2:47	83	2:47	2.00	8:47	4:23	35		48	2:47
Leichtathletikhall	2.00	8:38	4:18	9	2:21	70	2:24	4.00	17:25	4:21	9	5:08	76	5:08