



# 40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

□□□□

**Löber, Heiko**

□□: Eisenacher LV

□□: 1240

□□: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

□□□□:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

□□□: 41:47

□□: 14.36 km/h

□□□□: 4:11 min/km

□□□□□/□□□: 64 (of 686)

□□□□□/□: 57 (of 543)

□□□□□□: 29:39

□□□□□: 12(of 178)

□□□□□□□: 37:27

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	8:05	4:02	17	0:54	65	2:03	2.00	8:05	4:02	17	0:06		64	2:03
Runde	2.00	8:09	4:04	12	0:49	49	2:12	4.00	16:14	4:03	17			63	4:15
Runde	2.00	8:25	4:12	15	0:50	62	2:30	6.00	24:39	4:06	16	2:33		62	6:45
Runde	2.00	8:36	4:17	19	0:51	72	2:41	8.00	33:15	4:09	12	3:24		57	9:26
Leichtathletikhall	2.00	8:32	4:15	25	1:04	93	2:42	10.00	41:47	4:10	12	4:20		57	12:08