



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

□□□□

Sparbrod, Moritz

□□: Erfurt

□□: 1490

□□: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

□□□□:

männliche Jugend U20 (18-19 Jahre)

□□□: 41:50

□□: 14.34 km/h

□□□□: 4:11 min/km

□□□□□/□□□: 65 (of 686)

□□□□□/□: 59 (of 543)

□□□□□□: 29:39

□□□□□: 5(of 20)

□□□□□□□: 32:24

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	8:39	4:19	6	2:14	94	2:37	2.00	8:39	4:19	17			79	2:37
Runde	2.00	8:35	4:17	5	2:03	98	2:38	4.00	17:14	4:18	17			78	5:15
Runde	2.00	8:30	4:15	5	1:50	72	2:35	6.00	25:44	4:17	17			77	7:50
Runde	2.00	8:25	4:12	5	1:57	57	2:30	8.00	34:09	4:16	17			76	10:20
Leichtathletikhall	2.00	7:41	3:50	5	1:22	29	1:51	10.00	41:50	4:11	5	9:26		59	12:11