



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

□□□□

Meurer, Ingo

□□: SV Olympia Neustadt

□□: 1075

□□: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

□□□□:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

□□□: 42:06

□□: 14.25 km/h

□□□□: 4:13 min/km

□□□□□/□□□□: 72 (of 686)

□□□□□/□: 65 (of 543)

□□□□□□: 29:39

□□□□□: 15(of 178)

□□□□□□□: 37:27

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	8:15	4:07	20	1:04	73	2:13	2.00	8:15	4:07	16	0:16	58	2:13	
Runde	2.00	8:29	4:14	23	1:09	87	2:32	4.00	16:44	4:11	22		71	4:45	
Runde	2.00	8:31	4:15	18	0:56	74	2:36	6.00	25:15	4:12	21	3:09	79	7:21	
Runde	2.00	8:42	4:20	25	0:57	83	2:47	8.00	33:57	4:14	14	4:06	60	10:08	
Leichtathletikhall	2.00	8:09	4:04	12	0:41	55	2:19	10.00	42:06	4:12	15	4:39	65	12:27	