



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

□□□□

Mucke, Alexander

□□: Erfurt

□□: 1625

□□: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

□□□□:

Männer (20-29 Jahre)

□□□: 43:53

□□: 13.67 km/h

□□□□: 4:23 min/km

□□□□□/□□□: 119 (of 686)

□□□□□/□: 110 (of 543)

□□□□□□: 29:39

□□□□□: 25(of 69)

□□□□□□□: 29:39

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	8:59	4:29	26	2:57	140	2:57	2.00	8:59	4:29	66		106	2:57
Runde	2.00	8:36	4:17	24	2:39	101	2:39	4.00	17:35	4:23	66		84	5:36
Runde	2.00	8:49	4:24	25	2:54	114	2:54	6.00	26:24	4:23	66		104	8:30
Runde	2.00	8:54	4:27	24	2:59	106	2:59	8.00	35:18	4:24	66		103	11:29
Leichtathletikhall	2.00	8:35	4:17	22	2:45	104	2:45	10.00	43:53	4:23	25	14:14	110	14:14