



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

□□□□

Höhne, Andreas

□□□: 43:48

□□: LTV Erfurt

□□: 13.70 km/h

□□: 1182

□□□□: 4:23 min/km

□□: 10.00 km

□□□□□/□□□: 117 (of 686)

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

□□□□□/□: 108 (of 543)

□□□□:

□□□□□: 34(of 178)

Senioren M40 (40-49 Jahre)

□□□□□□: 37:27

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
Runde	2.00	9:30	4:45	62	2:19	188	3:28	2.00	9:30	4:45	38	1:31	112	3:28
Runde	2.00	8:33	4:16	27	1:13	94	2:36	4.00	18:03	4:30	38	0:47	111	6:04
Runde	2.00	8:35	4:17	22	1:00	81	2:40	6.00	26:38	4:26	37	4:32	107	8:44
Runde	2.00	8:40	4:19	20	0:55	77	2:45	8.00	35:18	4:24	36	5:27	103	11:29
Leichtathletikhall	2.00	8:30	4:15	23	1:02	88	2:40	10.00	43:48	4:22	34	6:21	108	14:09