



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

□□□□

Knoll, Martin

□□: LG Bad Frankenhausen / Göllingen

□□: 1620

□□: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

□□□□:

Männer (20-29 Jahre)

□□□: 42:03

□□: 14.27 km/h

□□□□: 4:12 min/km

□□□□□/□□□: 70 (of 686)

□□□□□/□: 64 (of 543)

□□□□□□: 29:39

□□□□□: 16(of 69)

□□□□□□□: 29:39

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	7:25	3:42	12	1:23	28	1:23	2.00	7:25	3:42	63			114	1:23
Runde	2.00	8:20	4:10	17	2:23	67	2:23	4.00	15:45	3:56	63			33	3:46
Runde	2.00	8:39	4:19	21	2:44	95	2:44	6.00	24:24	4:03	63			112	6:30
Runde	2.00	8:50	4:25	20	2:55	96	2:55	8.00	33:14	4:09	63			111	9:25
Leichtathletikhaf	2.00	8:49	4:24	27	2:59	132	2:59	10.00	42:03	4:12	16	12:24		64	12:24