



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

□□□□

Kohl, Matthias

□□: Stadtwerke Erfurt

□□: 1107

□□: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

□□□□:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

□□□: 44:51

□□: 13.38 km/h

□□□□: 4:29 min/km

□□□□□/□□□: 143 (of 686)

□□□□□/□: 133 (of 543)

□□□□□□: 29:39

□□□□□: 37(of 136)

□□□□□□□: 32:18

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	8:47	4:23	32	2:22	111	2:45	2.00	8:47	4:23	38	2:22	136	2:45
Runde	2.00	8:39	4:19	33	2:07	109	2:42	4.00	17:26	4:21	37	4:29	135	5:27
Runde	2.00	9:04	4:31	44	2:24	148	3:09	6.00	26:30	4:25	37	6:53	134	8:36
Runde	2.00	9:17	4:38	52	2:49	170	3:22	8.00	35:47	4:28	37	9:42	91	11:58
Leichtathletikhall	2.00	9:04	4:31	53	2:51	176	3:14	10.00	44:51	4:29	37	12:33	133	15:12