



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

□□□□

Klier, Daniel

□□: Klettbach

□□: 1269

□□: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

□□□□:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

□□□: 45:28

□□: 13.20 km/h

□□□□: 4:33 min/km

□□□□□/□□□: 169 (of 686)

□□□□□/□: 154 (of 543)

□□□□□□: 29:39

□□□□□: 44(of 136)

□□□□□□□: 32:18

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	8:29	4:14	23	2:04	86	2:27	2.00	8:29	4:14	39	2:04	139	2:27
Runde	2.00	9:07	4:33	56	2:35	182	3:10	4.00	17:36	4:24	38	4:39	117	5:37
Runde	2.00	9:21	4:40	61	2:41	203	3:26	6.00	26:57	4:29	38	7:20	137	9:03
Runde	2.00	9:25	4:42	56	2:57	192	3:30	8.00	36:22	4:32	38	10:17	136	12:33
Leichtathletikhaf	2.00	9:06	4:32	54	2:53	181	3:16	10.00	45:28	4:32	44	13:10	154	15:49