



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

□□□□

Rudolph, Yannick

□□□: 18:00

□□: ESC Erfurt e.V.

□□: 13.33 km/h

□□: 92

□□□□: 4:30 min/km

□□: 4.00 km

□□□□□/□□□: 103 (of 477)

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelhüringen

□□□□□/□: 89 (of 315)

□□□□□□: 12:17

□□□□:

□□□□□: 18(of 67)

männliche Jugend U14 (12-13 Jahre)

□□□□□□□: 14:54

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	9:39	4:49	31	2:33	120	3:39	2.00	9:39	4:49	35		38	3:39
Leichtathletikhall	2.00	8:21	4:10	6	0:57	51	2:07	4.00	18:00	4:30	18	3:06	89	5:43