



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

□□□□

Janke, Kai

□□: TSSC Erfurt

□□: 1179

□□: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

□□□□:

männliche Jugend U20 (18-19 Jahre)

□□□: 50:13

□□: 11.95 km/h

□□□□: 5:01 min/km

□□□□□/□□□: 341 (of 686)

□□□□□/□: 309 (of 543)

□□□□□□: 29:39

□□□□□: 13(of 20)

□□□□□□□: 32:24

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	10:08	5:03	12	3:43	278	4:06	2.00	10:08	5:03	14		207	4:06
Runde	2.00	9:53	4:56	12	3:21	312	3:56	4.00	20:01	5:00	14		200	8:02
Runde	2.00	10:08	5:03	14	3:28	328	4:13	6.00	30:09	5:01	14		204	12:15
Runde	2.00	10:13	5:06	13	3:45	333	4:18	8.00	40:22	5:02	7		203	16:33
Leichtathletikhall	2.00	9:51	4:55	14	3:32	307	4:01	10.00	50:13	5:01	13	17:49	309	20:34