



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

□□□□

Dahl, Johannes

□□: Ermstedt

□□: 1149

□□: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

□□□□:

männliche Jugend U20 (18-19 Jahre)

□□□: 50:16

□□: 11.94 km/h

□□□□: 5:02 min/km

□□□□□/□□□: 344 (of 686)

□□□□□/□: 310 (of 543)

□□□□□□: 29:39

□□□□□: 14(of 20)

□□□□□□□: 32:24

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	11:39	5:49	17	5:14	460	5:37	2.00	11:39	5:49	13	-	195	5:37
Runde	2.00	10:06	5:02	15	3:34	351	4:09	4.00	21:45	5:26	13	-	194	9:46
Runde	2.00	9:40	4:49	11	3:00	256	3:45	6.00	31:25	5:14	13	-	193	13:31
Runde	2.00	9:39	4:49	9	3:11	235	3:44	8.00	41:04	5:08	13	-	192	17:15
Leichtathletikhall	2.00	9:12	4:35	7	2:53	198	3:22	10.00	50:16	5:01	14	17:52	310	20:37