



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

□□□□

Kroschel, Alexander

□□: Erfurt

□□: 1186

□□: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

□□□□:

Männer (20-29 Jahre)

□□□: 50:47

□□: 11.81 km/h

□□□□: 5:05 min/km

□□□□□/□□□: 368 (of 686)

□□□□□/□: 330 (of 543)

□□□□□□: 29:39

□□□□□: 45(of 69)

□□□□□□□: 29:39

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	10:31	5:15	47	4:29	332	4:29	2.00	10:31	5:15	17			235	4:29
Runde	2.00	10:02	5:00	47	4:05	339	4:05	4.00	20:33	5:08	17			216	8:34
Runde	2.00	10:10	5:04	45	4:15	334	4:15	6.00	30:43	5:07	17			245	12:49
Runde	2.00	10:08	5:03	43	4:13	316	4:13	8.00	40:51	5:06	17			244	17:02
Leichtathletikhall	2.00	9:56	4:58	45	4:06	318	4:06	10.00	50:47	5:04	45	21:08		330	21:08