



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

□□□□

Carl, Rene

□□□: 17:39

□□: Erfurt

□□: 13.60 km/h

□□: 32

□□□□: 4:25 min/km

□□: 4.00 km

□□□□□/□□□: 94 (of 477)

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelhüringen

□□□□□/□: 82 (of 315)

□□□□□□: 12:17

□□□□:

□□□□□: 11(of 54)

Senioren M30 (30-39 Jahre)

□□□□□□□: 12:17

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	8:58	4:29	9	2:58	89	2:58	2.00	8:58	4:29	37		63	2:58
Leichtathletikhall	2.00	8:41	4:20	11	2:24	74	2:27	4.00	17:39	4:24	11	5:22	82	5:22