



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

□□□□

Machalet, Tom

□□: TSV Alperstedt

□□: 1557

□□: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

□□□□:

Männer (20-29 Jahre)

□□□: 51:54

□□: 11.56 km/h

□□□□: 5:11 min/km

□□□□□/□□□: 412 (of 686)

□□□□□/□: 362 (of 543)

□□□□□□: 29:39

□□□□□: 48(of 69)

□□□□□□□: 29:39

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	10:06	5:02	44	4:04	275	4:04	2.00	10:06	5:02	15		275	4:04
Runde	2.00	10:04	5:01	48	4:07	344	4:07	4.00	20:10	5:02	15		273	8:11
Runde	2.00	10:19	5:09	46	4:24	366	4:24	6.00	30:29	5:04	15		272	12:35
Runde	2.00	11:01	5:30	55	5:06	433	5:06	8.00	41:30	5:11	15		271	17:41
Leichtathletikhall	2.00	10:24	5:12	50	4:34	392	4:34	10.00	51:54	5:11	48	22:15	362	22:15