



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

□□□□

Pohl, Florian

□□: Union EF

□□: 945

□□: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

□□□□:

Männer (20-29 Jahre)

□□□: 54:28

□□: 11.02 km/h

□□□□: 5:27 min/km

□□□□□/□□□: 509 (of 686)

□□□□□/□: 437 (of 543)

□□□□□□: 29:39

□□□□□: 56(of 69)

□□□□□□□: 29:39

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	10:24	5:12	46	4:22	315	4:22	2.00	10:24	5:12	13	-	188	4:22
Runde	2.00	10:25	5:12	53	4:28	410	4:28	4.00	20:49	5:12	13	-	235	8:50
Runde	2.00	11:02	5:30	54	5:07	448	5:07	6.00	31:51	5:18	13	-	284	13:57
Runde	2.00	11:16	5:38	58	5:21	451	5:21	8.00	43:07	5:23	13	-	283	19:18
Leichtathletikhall	2.00	11:21	5:40	61	5:31	474	5:31	10.00	54:28	5:26	56	24:49	437	24:49