



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

□□□□

Bimböse, Christoph

□□: SC Fortuna erfurt e.V.

□□: 1492

□□: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

□□□□:

Männer (20-29 Jahre)

□□□: 53:40

□□: 11.18 km/h

□□□□: 5:22 min/km

□□□□□/□□□: 474 (of 686)

□□□□□/□: 414 (of 543)

□□□□□□: 29:39

□□□□□: 53(of 69)

□□□□□□□: 29:39

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	11:44	5:51	61	5:42	471	5:42	2.00	11:44	5:51	12		290	5:42
Runde	2.00	10:32	5:15	54	4:35	418	4:35	4.00	22:16	5:33	12		288	10:17
Runde	2.00	10:29	5:14	48	4:34	390	4:34	6.00	32:45	5:27	12		287	14:51
Runde	2.00	10:31	5:15	47	4:36	372	4:36	8.00	43:16	5:24	12		286	19:27
Leichtathletikhaf	2.00	10:24	5:12	50	4:34	392	4:34	10.00	53:40	5:21	53	24:01	414	24:01