



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

□□□□

Völker, Knut

□□: Erfurt

□□: 541

□□: 4.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelhüringen

□□□□:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

□□□: 17:20

□□: 13.85 km/h

□□□□: 4:20 min/km

□□□□□/□□□: 83 (of 477)

□□□□□/□: 73 (of 315)

□□□□□□: 12:17

□□□□□: 11(of 67)

□□□□□□□: 13:52

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	8:40	4:19	12	1:53	76	2:40	2.00	8:40	4:19	35		70	2:40
Leichtathletikhall	2.00	8:40	4:19	13	1:35	73	2:26	4.00	17:20	4:19	11	3:28	73	5:03