



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

□□□□

Sommerfeld, Andreas

□□□: 50:00

□□: Erfurt

□□: 12.00 km/h

□□: 1005

□□□□: 5:00 min/km

□□: 10.00 km

□□□□□/□□□: 329 (of 686)

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

□□□□□/□: 298 (of 543)

□□□□□□: 29:39

□□□□:

□□□□□: 101(of 178)

Senioren M40 (40-49 Jahre)

□□□□□□□: 37:27

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	10:28	5:14	103	3:17	325	4:26	2.00	10:28	5:14	111	2:29	280	4:26
Runde	2.00	9:56	4:58	108	2:36	320	3:59	4.00	20:24	5:05	110	3:08	317	8:25
Runde	2.00	9:55	4:57	103	2:20	299	4:00	6.00	30:19	5:03	109	8:13	316	12:25
Runde	2.00	10:02	5:00	103	2:17	299	4:07	8.00	40:21	5:02	108	10:30	315	16:32
Leichtathletikhall	2.00	9:39	4:49	98	2:11	274	3:49	10.00	50:00	5:00	101	12:33	298	20:21