



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

□□□□

Schermesser, Alexander

□□: Erfurt

□□: 1244

□□: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

□□□□:

Männer (20-29 Jahre)

□□□: 56:55

□□: 10.54 km/h

□□□□: 5:41 min/km

□□□□□/□□□: 565 (of 686)

□□□□□/□: 476 (of 543)

□□□□□□: 29:39

□□□□□: 60(of 69)

□□□□□□□: 29:39

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	11:27	5:43	57	5:25	433	5:25	2.00	11:27	5:43	18	-	243	5:25
Runde	2.00	11:16	5:38	62	5:19	490	5:19	4.00	22:43	5:40	34	-	379	10:44
Runde	2.00	11:24	5:42	64	5:29	482	5:29	6.00	34:07	5:41	34	-	378	16:13
Runde	2.00	11:34	5:46	62	5:39	473	5:39	8.00	45:41	5:42	34	-	377	21:52
Leichtathletikhall	2.00	11:14	5:36	60	5:24	467	5:24	10.00	56:55	5:41	60	27:16	476	27:16