



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

□□□□

Elstner, Marcus

□□: ThSV DT Bad Langensalza

□□: 1327

□□: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

□□□□:

Männer (20-29 Jahre)

□□□: 59:03

□□: 10.16 km/h

□□□□: 5:54 min/km

□□□□□/□□□: 608 (of 686)

□□□□□/□: 502 (of 543)

□□□□□□: 29:39

□□□□□: 65(of 69)

□□□□□□□: 29:39

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	12:28	6:14	68	6:26	520	6:26	2.00	12:28	6:14	32	0:11	402	6:26
Runde	2.00	11:27	5:43	64	5:30	497	5:30	4.00	23:55	5:58	32	0:10	400	11:56
Runde	2.00	11:32	5:46	65	5:37	491	5:37	6.00	35:27	5:54	32	0:21	399	17:33
Runde	2.00	11:46	5:53	66	5:51	494	5:51	8.00	47:13	5:54	32	0:33	398	23:24
Leichtathletikhall	2.00	11:50	5:55	65	6:00	504	6:00	10.00	59:03	5:54	65	29:24	502	29:24