



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

0000

Mentzel, Michael

00: LTV Erfurt

00: 1313

00: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

0000:

Senioren M50 (50-59 Jahre)

000: 52:47

00: 11.37 km/h

0000: 5:17 min/km

00000/000: 442 (of 686)

00000/0: 387 (of 543)

000000: 29:39

00000: 73(of 107)

0000000: 39:41

0000

0000

000

000	00	00	00	00	00	00	00	000	000	000	00	00	00	00
	km	00	min/km	-	-	0	0	km	00	min/km	-	-	0	0
Runde	2.00	11:42	5:50	87	4:07	465	5:40	2.00	11:42	5:50	84	4:07	328	5:40
Runde	2.00	10:39	5:19	78	2:42	438	4:42	4.00	22:21	5:35	84	6:46	445	10:22
Runde	2.00	10:19	5:09	69	2:12	366	4:24	6.00	32:40	5:26	84	8:58	444	14:46
Runde	2.00	10:10	5:04	59	2:06	323	4:15	8.00	42:50	5:21	84	11:04	443	19:01
Leichtathletikhall	2.00	9:57	4:58	53	2:02	322	4:07	10.00	52:47	5:16	73	13:06	387	23:08