



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

□□□□

Brachmanski, Hans-Peter

□□: Erfurt

□□: 1129

□□: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

□□□□:

Senioren M50 (50-59 Jahre)

□□□: 46:14

□□: 12.98 km/h

□□□□: 4:37 min/km

□□□□□/□□□: 190 (of 686)

□□□□□/□: 173 (of 543)

□□□□□□: 29:39

□□□□□: 20(of 107)

□□□□□□□: 39:41

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	8:51	4:25	19	1:16	116	2:49	2.00	8:51	4:25	102	1:16	511	2:49	
Runde	2.00	9:18	4:39	23	1:21	210	3:21	4.00	18:09	4:32	102	2:34	190	6:10	
Runde	2.00	9:25	4:42	27	1:18	216	3:30	6.00	27:34	4:35	102	3:52	508	9:40	
Runde	2.00	9:32	4:46	28	1:28	211	3:37	8.00	37:06	4:38	102	5:20	507	13:17	
Leichtathletikhall	2.00	9:08	4:33	20	1:13	188	3:18	10.00	46:14	4:37	20	6:33	173	16:35	