



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

0000

Peter, Uwe

00: Erfurt

00: 998

00: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

0000:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

000: 47:00

00: 12.77 km/h

0000: 4:42 min/km

00000/000: 220 (of 686)

00000/0: 202 (of 543)

000000: 29:39

00000: 66(of 178)

0000000: 37:27

0000

0000

000

000	00 km	00 00	00 min/km	00 -	00 -	00 0	00 0	000 km	000 00	000 min/km	00 -	00 -	00 0	00 0
Runde	2.00	10:09	5:04	91	2:58	286	4:07	2.00	10:09	5:04	89	2:10	222	4:07
Runde	2.00	9:01	4:30	55	1:41	169	3:04	4.00	19:10	4:47	166	1:54	512	7:11
Runde	2.00	9:18	4:39	67	1:43	190	3:23	6.00	28:28	4:44	165	6:22	511	10:34
Runde	2.00	9:21	4:40	65	1:36	181	3:26	8.00	37:49	4:43	164	7:58	510	14:00
Leichtathletikhall	2.00	9:11	4:35	70	1:43	193	3:21	10.00	47:00	4:42	66	9:33	202	17:21