



# 40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

□□□□

Wipprecht, Axel

□□: Erfurt

□□: 1412

□□: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

□□□□:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

□□□: 50:36

□□: 11.86 km/h

□□□□: 5:04 min/km

□□□□□/□□□: 358 (of 686)

□□□□□/□: 322 (of 543)

□□□□□□: 29:39

□□□□□: 93(of 136)

□□□□□□□: 32:18

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	10:59	5:29	108	4:34	385	4:57	2.00	10:59	5:29	106	4:34	421	4:57
Runde	2.00	9:50	4:55	92	3:18	303	3:53	4.00	20:49	5:12	131	7:52	235	8:50
Runde	2.00	9:47	4:53	77	3:07	275	3:52	6.00	30:36	5:06	131	10:59	518	12:42
Runde	2.00	10:00	5:00	84	3:32	292	4:05	8.00	40:36	5:04	131	14:31	517	16:47
Leichtathletikhall	2.00	10:00	5:00	91	3:47	331	4:10	10.00	50:36	5:03	93	18:18	322	20:57