



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

0000

Filusch, Uwe

00: Hamburger Amtsgerichte

00: 1076

00: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

0000:

Senioren M50 (50-59 Jahre)

000: 50:48

00: 11.81 km/h

0000: 5:05 min/km

00000/000: 370 (of 686)

00000/0: 331 (of 543)

000000: 29:39

00000: 59(of 107)

0000000: 39:41

0000

0000

000

000	00 km	00 00	00 min/km	00 -	00 -	00 0	00 0	000	000 km	000 00	000 min/km	00 -	00 -	00 0	00 0
Runde	2.00	10:09	5:04	52	2:34	286	4:07	2.00	10:09	5:04	30	2:34	222	4:07	
Runde	2.00	9:58	4:59	58	2:01	330	4:01	4.00	20:07	5:01	106	4:32	532	8:08	
Runde	2.00	10:11	5:05	61	2:04	337	4:16	6.00	30:18	5:02	106	6:36	530	12:24	
Runde	2.00	10:26	5:13	68	2:22	354	4:31	8.00	40:44	5:05	106	8:58	239	16:55	
Leichtathletikhall	2.00	10:04	5:01	61	2:09	341	4:14	10.00	50:48	5:04	59	11:07	331	21:09	