



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

0000

Thon, Benjamin

00: Jena

00: 1475

00: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

0000:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

000: 1:02:10

00: 9.65 km/h

0000: 6:13 min/km

00000/000: 647 (of 686)

00000/0: 521 (of 543)

000000: 29:39

00000: 132(of 136)

0000000: 32:18

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	11:30	5:45	118	5:05	444	5:28	2.00	11:30	5:45	67	5:05	236	5:28
Runde	2.00	11:52	5:56	131	5:20	518	5:55	4.00	23:22	5:50	135	10:25	538	11:23
Runde	2.00	13:14	6:36	135	6:34	535	7:19	6.00	36:36	6:06	135	16:59	537	18:42
Runde	2.00	12:46	6:23	133	6:18	526	6:51	8.00	49:22	6:10	135	23:17	536	25:33
Leichtathletikhall	2.00	12:48	6:24	134	6:35	523	6:58	10.00	1:02:10	6:13	132	29:52	521	32:31