



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

□□□□

Eisenacher, Klaus

□□: Hainichläufer Mühlhausen

□□: 1323

□□: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

□□□□:

Senioren M50 (50-59 Jahre)

□□□: 44:46

□□: 13.40 km/h

□□□□: 4:29 min/km

□□□□□/□□□: 138 (of 686)

□□□□□/□: 128 (of 543)

□□□□□□: 29:39

□□□□□: 14(of 107)

□□□□□□□: 39:41

□□□□

□□□□

□□□

项目	时间 km	时间 min/km	时间 -	时间 -	时间 h	时间 h	时间 h	时间 km	时间 min/km	时间 -	时间 -	时间 h	时间 h	
Runde	2.00	8:45	4:22	16	1:10	104	2:43	2.00	8:45	4:22	13	1:10	69	2:43
Runde	2.00	8:54	4:27	20	0:57	155	2:57	4.00	17:39	4:24	13	2:04	93	5:40
Runde	2.00	8:58	4:29	14	0:51	131	3:03	6.00	26:37	4:26	13	2:55	92	8:43
Runde	2.00	9:10	4:34	16	1:06	147	3:15	8.00	35:47	4:28	13	4:01	91	11:58
Leichtathletikhall	2.00	8:59	4:29	16	1:04	165	3:09	10.00	44:46	4:28	14	5:05	128	15:07