



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

□□□□

Fleischmann, Thomas

□□: LTV Erfurt

□□: 1432

□□: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

□□□□:

Senioren M50 (50-59 Jahre)

□□□: 44:47

□□: 13.40 km/h

□□□□: 4:29 min/km

□□□□□/□□□: 140 (of 686)

□□□□□/□: 130 (of 543)

□□□□□□: 29:39

□□□□□: 16(of 107)

□□□□□□□: 39:41

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	8:39	4:19	13	1:04	94	2:37	2.00	8:39	4:19	17	1:04	79	2:37
Runde	2.00	8:50	4:25	15	0:53	138	2:53	4.00	17:29	4:22	17	1:54	123	5:30
Runde	2.00	9:05	4:32	20	0:58	150	3:10	6.00	26:34	4:25	17	2:52	130	8:40
Runde	2.00	9:09	4:34	15	1:05	145	3:14	8.00	35:43	4:27	14	3:57	102	11:54
Leichtathletikhall	2.00	9:04	4:31	18	1:09	176	3:14	10.00	44:47	4:28	16	5:06	130	15:08