



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

0000

Kölsch, Wolfgang

00: Erfurt

00: 846

00: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

0000:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

000: 44:31

00: 13.48 km/h

0000: 4:27 min/km

00000/000: 132 (of 686)

00000/0: 121 (of 543)

000000: 29:39

00000: 40(of 178)

0000000: 37:27

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	9:09	4:34	47	1:58	149	3:07	2.00	9:09	4:34	50	1:10	138	3:07	
Runde	2.00	8:50	4:25	46	1:30	138	2:53	4.00	17:59	4:29	39	0:43	112	6:00	
Runde	2.00	8:51	4:25	39	1:16	118	2:56	6.00	26:50	4:28	49	4:44	136	8:56	
Runde	2.00	9:02	4:30	44	1:17	124	3:07	8.00	35:52	4:29	48	6:01	135	12:03	
Leichtathletikhall	2.00	8:39	4:19	37	1:11	110	2:49	10.00	44:31	4:27	40	7:04	121	14:52	