



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

0000

Lange, Jürgen

00: Rennsteiglaufverein

00: 677

00: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

0000:

Senioren M50 (50-59 Jahre)

000: 47:24

00: 12.66 km/h

0000: 4:44 min/km

00000/000: 235 (of 686)

00000/0: 216 (of 543)

000000: 29:39

00000: 30(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	9:30	4:45	26	1:55	188	3:28	2.00	9:30	4:45	22	1:55	112	3:28	
Runde	2.00	9:27	4:43	32	1:30	239	3:30	4.00	18:57	4:44	22	3:22	188	6:58	
Runde	2.00	9:30	4:45	30	1:23	228	3:35	6.00	28:27	4:44	22	4:45	187	10:33	
Runde	2.00	9:36	4:47	32	1:32	226	3:41	8.00	38:03	4:45	22	6:17	186	14:14	
Leichtathletikhall	2.00	9:21	4:40	33	1:26	226	3:31	10.00	47:24	4:44	30	7:43	216	17:45	