



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

0000

Hegenbart, Thomas

00: USV Erfurt

00: 1344

00: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

0000:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

000: 46:38

00: 12.87 km/h

0000: 4:40 min/km

00000/000: 203 (of 686)

00000/0: 185 (of 543)

000000: 29:39

00000: 57(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	9:03	4:31	42	2:38	146	3:01	2.00	9:03	4:31	55	2:38	104	3:01
Runde	2.00	9:06	4:32	55	2:34	181	3:09	4.00	18:09	4:32	54	5:12	190	6:10
Runde	2.00	9:19	4:39	59	2:39	193	3:24	6.00	27:28	4:34	53	7:51	183	9:34
Runde	2.00	9:36	4:47	67	3:08	226	3:41	8.00	37:04	4:38	54	10:59	188	13:15
Leichtathletikhal	2.00	9:34	4:46	77	3:21	261	3:44	10.00	46:38	4:39	57	14:20	185	16:59