



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

□□□□

Müller, Eckhard

□□: SV Rot-Weiß Wiehe

□□: 1627

□□: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

□□□□:

Senioren M50 (50-59 Jahre)

□□□: 49:53

□□: 12.03 km/h

□□□□: 4:59 min/km

□□□□□/□□□: 326 (of 686)

□□□□□/□: 295 (of 543)

□□□□□□: 29:39

□□□□□: 47(of 107)

□□□□□□□: 39:41

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	10:09	5:04	52	2:34	286	4:07	2.00	10:09	5:04	30	2:34	222	4:07	
Runde	2.00	10:03	5:01	61	2:06	340	4:06	4.00	20:12	5:02	30	4:37	220	8:13	
Runde	2.00	9:58	4:59	48	1:51	304	4:03	6.00	30:10	5:01	30	6:28	219	12:16	
Runde	2.00	10:03	5:01	48	1:59	302	4:08	8.00	40:13	5:01	30	8:27	218	16:24	
Leichtathletikhall	2.00	9:40	4:49	44	1:45	276	3:50	10.00	49:53	4:59	47	10:12	295	20:14	