



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

0000

Roland, Michael

00: Erfurt

00: 930

00: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

0000:

Senioren M50 (50-59 Jahre)

000: 47:07

00: 12.73 km/h

0000: 4:43 min/km

00000/000: 225 (of 686)

00000/0: 207 (of 543)

000000: 29:39

00000: 27(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	9:35	4:47	28	2:00	199	3:33	2.00	9:35	4:47	25	2:00	202	3:33	
Runde	2.00	9:20	4:40	25	1:23	216	3:23	4.00	18:55	4:43	33	3:20	157	6:56	
Runde	2.00	9:29	4:44	29	1:22	224	3:34	6.00	28:24	4:44	33	4:42	231	10:30	
Runde	2.00	9:33	4:46	30	1:29	217	3:38	8.00	37:57	4:44	33	6:11	173	14:08	
Leichtathletikh	2.00	9:10	4:34	21	1:15	191	3:20	10.00	47:07	4:42	27	7:26	207	17:28	