



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

0000

Pausch, Enrico

00: Erfurt

00: 1343

00: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

0000:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

000: 53:18

00: 11.26 km/h

0000: 5:20 min/km

00000/000: 459 (of 686)

00000/0: 401 (of 543)

000000: 29:39

00000: 133(of 178)

0000000: 37:27

0000

0000

000

000	00 km	00 00	00 min/km	00 -	00 -	00 0	00 0	000 km	000 00	000 min/km	00 -	00 -	00 0	00 0
Runde	2.00	11:51	5:55	167	4:40	489	5:49	2.00	11:51	5:55	93	3:52	264	5:49
Runde	2.00	10:44	5:21	149	3:24	450	4:47	4.00	22:35	5:38	92	5:19	262	10:36
Runde	2.00	10:33	5:16	135	2:58	400	4:38	6.00	33:08	5:31	91	11:02	261	15:14
Runde	2.00	10:23	5:11	117	2:38	352	4:28	8.00	43:31	5:26	90	13:40	260	19:42
Leichtathletikhall	2.00	9:47	4:53	103	2:19	290	3:57	10.00	53:18	5:19	133	15:51	401	23:39