



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

0000

Grosser, Dietmar

00: GMRLV

00: 818

00: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

0000:

Senioren M60 (60-69 Jahre)

000: 53:34

00: 11.20 km/h

0000: 5:22 min/km

00000/000: 469 (of 686)

00000/0: 409 (of 543)

000000: 29:39

00000: 16(of 25)

0000000: 42:27

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	10:03	5:01	10	1:50	267	4:01	2.00	10:03	5:01	16			284	4:01
Runde	2.00	10:29	5:14	16	1:59	413	4:32	4.00	20:32	5:08	16			282	8:33
Runde	2.00	11:01	5:30	18	2:26	445	5:06	6.00	31:33	5:15	16			281	13:39
Runde	2.00	11:16	5:38	19	2:36	451	5:21	8.00	42:49	5:21	16			280	19:00
Leichtathletikhall	2.00	10:45	5:22	18	2:17	424	4:55	10.00	53:34	5:21	16	11:07		409	23:55