



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

Wenzel, Hendrik

Wenzel, Hendrik

Ort: Erfurt

Wett: 1112

Wett: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

Wett:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

Wett: 55:53

Wett: 10.74 km/h

Wett: 5:35 min/km

Wett: 542 (of 686)

Wett: 459 (of 543)

Wett: 29:39

Wett: 151(of 178)

Wett: 37:27

Wett:

Wett:

Wett:

Wett	Wett	Wett	Wett	Wett	Wett	Wett	Wett	Wett	Wett	Wett	Wett	Wett	Wett	Wett
Wett	km	Wett	min/km	-	-	Wett	Wett	Wett	Wett	Wett	Wett	Wett	Wett	Wett
Runde	2.00	11:29	5:44	148	4:18	440	5:27	2.00	11:29	5:44	84	3:30	233	5:27
Runde	2.00	11:01	5:30	159	3:41	473	5:04	4.00	22:30	5:37	107	5:14	310	10:31
Runde	2.00	11:09	5:34	151	3:34	460	5:14	6.00	33:39	5:36	106	11:33	309	15:45
Runde	2.00	11:17	5:38	150	3:32	454	5:22	8.00	44:56	5:36	105	15:05	308	21:07
Leichtathletikhall	2.00	10:57	5:28	148	3:29	443	5:07	10.00	55:53	5:35	151	18:26	459	26:14