



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

0000

Drüge, Uwe

00: Erfurt

00: 1465

00: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

0000:

Senioren M50 (50-59 Jahre)

000: 50:41

00: 11.84 km/h

0000: 5:04 min/km

00000/000: 360 (of 686)

00000/0: 324 (of 543)

000000: 29:39

00000: 57(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	10:08	5:03	48	2:33	278	4:06	2.00	10:08	5:03	48	2:33	207	4:06	
Runde	2.00	10:04	5:01	62	2:07	344	4:07	4.00	20:12	5:02	30	4:37	220	8:13	
Runde	2.00	10:16	5:08	65	2:09	356	4:21	6.00	30:28	5:04	55	6:46	305	12:34	
Runde	2.00	10:26	5:13	68	2:22	354	4:31	8.00	40:54	5:06	55	9:08	246	17:05	
Leichtathletikhall	2.00	9:47	4:53	47	1:52	290	3:57	10.00	50:41	5:04	57	11:00	324	21:02	