



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

□□□□

Schwindl, Peter

□□: Friedberg

□□: 1383

□□: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

□□□□:

Senioren M50 (50-59 Jahre)

□□□: 47:23

□□: 12.66 km/h

□□□□: 4:44 min/km

□□□□□/□□□: 234 (of 686)

□□□□□/□: 214 (of 543)

□□□□□□: 29:39

□□□□□: 29(of 107)

□□□□□□□: 39:41

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	10:04	5:01	43	2:29	268	4:02	2.00	10:04	5:01	27	2:29	211	4:02	
Runde	2.00	9:22	4:41	29	1:25	223	3:25	4.00	19:26	4:51	62	3:51	355	7:27	
Runde	2.00	9:24	4:42	25	1:17	213	3:29	6.00	28:50	4:48	62	5:08	354	10:56	
Runde	2.00	9:22	4:41	22	1:18	184	3:27	8.00	38:12	4:46	62	6:26	353	14:23	
Leichtathletikhal	2.00	9:11	4:35	22	1:16	193	3:21	10.00	47:23	4:44	29	7:42	214	17:44	