



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

0000

Münchgesang, Ricardo

00: Fitness Crew Auf Achse

00: 1010

00: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

0000:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

000: 1:00:28

00: 9.92 km/h

0000: 6:03 min/km

00000/000: 632 (of 686)

00000/0: 514 (of 543)

000000: 29:39

00000: 172(of 178)

0000000: 37:27

0000

0000

000

000	00	00	00	00	00	00	00	000	000	000	00	00	00	00
	km	00	min/km	-	-	0	0	km	00	min/km	-	-	0	0
Runde	2.00	12:17	6:08	174	5:06	512	6:15	2.00	12:17	6:08	137	4:18	323	6:15
Runde	2.00	11:25	5:42	171	4:05	496	5:28	4.00	23:42	5:55	136	6:26	403	11:43
Runde	2.00	11:59	5:59	170	4:24	510	6:04	6.00	35:41	5:56	135	13:35	402	17:47
Runde	2.00	12:26	6:13	172	4:41	519	6:31	8.00	48:07	6:00	134	18:16	401	24:18
Leichtathletikhall	2.00	12:21	6:10	170	4:53	518	6:31	10.00	1:00:28	6:02	172	23:01	514	30:49