



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

0000

Zuber, Olaf

00: Erfurt

00: 1166

00: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

0000:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

000: 1:02:35

00: 9.59 km/h

0000: 6:16 min/km

00000/000: 650 (of 686)

00000/0: 523 (of 543)

000000: 29:39

00000: 174(of 178)

0000000: 37:27

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	9:33	4:46	64	2:22	194	3:31	2.00	9:33	4:46	18	1:34	66	3:31	
Runde	2.00	10:22	5:11	135	3:02	401	4:25	4.00	19:55	4:58	137	2:39	209	7:56	
Runde	2.00	12:14	6:06	174	4:39	519	6:19	6.00	32:09	5:21	136	10:03	403	14:15	
Runde	2.00	14:39	7:19	175	6:54	535	8:44	8.00	46:48	5:50	135	16:57	396	22:59	
Leichtathletikhall	2.00	15:47	7:53	174	8:19	532	9:57	10.00	1:02:35	6:15	174	25:08	523	32:56	