



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

□□□□

Kunze, Dietmar

□□: Tabarz

□□: 1252

□□: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

□□□□:

Senioren M50 (50-59 Jahre)

□□□: 50:27

□□: 11.89 km/h

□□□□: 5:02 min/km

□□□□□/□□□: 354 (of 686)

□□□□□/□: 319 (of 543)

□□□□□□: 29:39

□□□□□: 54(of 107)

□□□□□□□: 39:41

□□□□

□□□□

□□□

項目	時間 km	時間 min/km	時間 -	時間 -	時間 分	時間 分	時間 km	時間 min/km	時間 -	時間 -	時間 分	時間 分		
Runde	2.00	10:35	5:17	61	3:00	346	4:33	2.00	10:35	5:17	79	3:00	157	4:33
Runde	2.00	9:57	4:58	54	2:00	325	4:00	4.00	20:32	5:08	79	4:57	282	8:33
Runde	2.00	10:01	5:00	51	1:54	311	4:06	6.00	30:33	5:05	79	6:51	256	12:39
Runde	2.00	10:08	5:03	55	2:04	316	4:13	8.00	40:41	5:05	32	8:55	224	16:52
Leichtathletikhall	2.00	9:46	4:53	46	1:51	284	3:56	10.00	50:27	5:02	54	10:46	319	20:48