



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

□□□□

Scheel, Olaf

□□: Eisenacher Leichtathletik Verein

□□: 1633

□□: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

□□□□:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

□□□: 48:32

□□: 12.36 km/h

□□□□: 4:51 min/km

□□□□□/□□□: 276 (of 686)

□□□□□/□: 250 (of 543)

□□□□□□: 29:39

□□□□□: 88(of 178)

□□□□□□□: 37:27

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	9:23	4:41	58	2:12	177	3:21	2.00	9:23	4:41	53	1:24	146	3:21
Runde	2.00	9:37	4:48	94	2:17	270	3:40	4.00	19:00	4:45	144	1:44	432	7:01
Runde	2.00	9:49	4:54	100	2:14	282	3:54	6.00	28:49	4:48	57	6:43	163	10:55
Runde	2.00	9:57	4:58	99	2:12	279	4:02	8.00	38:46	4:50	142	8:55	430	14:57
Leichtathletikhall	2.00	9:46	4:53	102	2:18	284	3:56	10.00	48:32	4:51	88	11:05	250	18:53