



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

□□□□

Voigt, Dominik

□□: Erfurt

□□: 1147

□□: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

□□□□:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

□□□: 46:13

□□: 12.98 km/h

□□□□: 4:37 min/km

□□□□□/□□□: 189 (of 686)

□□□□□/□: 172 (of 543)

□□□□□□: 29:39

□□□□□: 61(of 178)

□□□□□□□: 37:27

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	8:39	4:19	26	1:28	94	2:37	2.00	8:39	4:19	27	0:40	79	2:37	
Runde	2.00	9:01	4:30	55	1:41	169	3:04	4.00	17:40	4:25	146	0:24	107	5:41	
Runde	2.00	9:31	4:45	82	1:56	232	3:36	6.00	27:11	4:31	145	5:05	133	9:17	
Runde	2.00	9:44	4:51	87	1:59	251	3:49	8.00	36:55	4:36	144	7:04	433	13:06	
Leichtathletikhalle	2.00	9:18	4:39	76	1:50	216	3:28	10.00	46:13	4:37	61	8:46	172	16:34	