



# 40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

□□□□

Richter, Konrad

□□: GutsMuths-RSLV

□□: 1382

□□: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

□□□□:

Senioren M60 (60-69 Jahre)

□□□: 54:23

□□: 11.03 km/h

□□□□: 5:26 min/km

□□□□□/□□□: 504 (of 686)

□□□□□/□: 435 (of 543)

□□□□□□: 29:39

□□□□□: 18(of 25)

□□□□□□□: 42:27

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	10:59	5:29	17	2:46	385	4:57	2.00	10:59	5:29	4		421	4:57
Runde	2.00	11:05	5:32	20	2:35	479	5:08	4.00	22:04	5:30	4		234	10:05
Runde	2.00	11:02	5:30	19	2:27	448	5:07	6.00	33:06	5:30	4		445	15:12
Runde	2.00	10:47	5:23	16	2:07	418	4:52	8.00	43:53	5:29	4		444	20:04
Leichtathletikhall	2.00	10:30	5:15	15	2:02	408	4:40	10.00	54:23	5:26	18	11:56	435	24:44