



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

□□□□

Babeck, Thomas

□□: Erfurt

□□: 1274

□□: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

□□□□:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

□□□: 51:20

□□: 11.69 km/h

□□□□: 5:08 min/km

□□□□□/□□□: 393 (of 686)

□□□□□/□: 348 (of 543)

□□□□□□: 29:39

□□□□□: 113(of 178)

□□□□□□□: 37:27

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	10:52	5:26	116	3:41	369	4:50	2.00	10:52	5:26	99	2:53	279	4:50	
Runde	2.00	10:03	5:01	112	2:43	340	4:06	4.00	20:55	5:13	159	3:39	479	8:56	
Runde	2.00	10:15	5:07	117	2:40	354	4:20	6.00	31:10	5:11	158	9:04	478	13:16	
Runde	2.00	10:12	5:05	111	2:27	329	4:17	8.00	41:22	5:10	102	11:31	261	17:33	
Leichtathletikhall	2.00	9:58	4:59	112	2:30	326	4:08	10.00	51:20	5:08	113	13:53	348	21:41	