



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

□□□□

Soboll, Uwe

□□: MTB Tabarz

□□: 1079

□□: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

□□□□:

Senioren M50 (50-59 Jahre)

□□□: 46:38

□□: 12.87 km/h

□□□□: 4:40 min/km

□□□□□/□□□: 204 (of 686)

□□□□□/□: 185 (of 543)

□□□□□□: 29:39

□□□□□: 22(of 107)

□□□□□□□: 39:41

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	10:08	5:03	48	2:33	278	4:06	2.00	10:08	5:03	48	2:33	207	4:06
Runde	2.00	8:52	4:26	17	0:55	146	2:55	4.00	19:00	4:45	88	3:25	432	7:01
Runde	2.00	8:59	4:29	16	0:52	134	3:04	6.00	27:59	4:39	97	4:17	501	10:05
Runde	2.00	9:20	4:40	21	1:16	179	3:25	8.00	37:19	4:39	97	5:33	390	13:30
Leichtathletikhaf	2.00	9:19	4:39	31	1:24	220	3:29	10.00	46:38	4:39	22	6:57	185	16:59