



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

□□□□

Götzrath, Matthias

□□: Erfurt

□□: 1086

□□: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

□□□□:

Senioren M50 (50-59 Jahre)

□□□: 1:11:05

□□: 8.44 km/h

□□□□: 7:07 min/km

□□□□□/□□□: 671 (of 686)

□□□□□/□: 532 (of 543)

□□□□□□: 29:39

□□□□□: 105(of 107)

□□□□□□□: 39:41

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	13:02	6:30	103	5:27	530	7:00	2.00	13:02	6:30	99	5:27	459	7:00	
Runde	2.00	13:06	6:32	105	5:09	535	7:09	4.00	26:08	6:31	99	10:33	506	14:09	
Runde	2.00	14:05	7:02	106	5:58	537	8:10	6.00	40:13	6:42	99	16:31	505	22:19	
Runde	2.00	15:24	7:42	107	7:20	537	9:29	8.00	55:37	6:57	99	23:51	504	31:48	
Leichtathletikhall	2.00	15:28	7:44	106	7:33	531	9:38	10.00	1:11:05	7:06	105	31:24	532	41:26	