



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

□□□□

Prescher, Lothar

□□: Rarámuri

□□: 1241

□□: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

□□□□:

Senioren M50 (50-59 Jahre)

□□□: 59:14

□□: 10.13 km/h

□□□□: 5:55 min/km

□□□□□/□□□: 613 (of 686)

□□□□□/□: 504 (of 543)

□□□□□□: 29:39

□□□□□: 96(of 107)

□□□□□□□: 39:41

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	11:47	5:53	90	4:12	477	5:45	2.00	11:47	5:53	104	4:12	258	5:45
Runde	2.00	11:53	5:56	99	3:56	521	5:56	4.00	23:40	5:55	104	8:05	517	11:41
Runde	2.00	11:55	5:57	99	3:48	507	6:00	6.00	35:35	5:55	104	11:53	516	17:41
Runde	2.00	12:00	6:00	97	3:56	508	6:05	8.00	47:35	5:56	104	15:49	515	23:46
Leichtathletikhalle	2.00	11:39	5:49	95	3:44	494	5:49	10.00	59:14	5:55	96	19:33	504	29:35