



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

□□□□

Ibald, Hubert

□□: LG Steinlach

□□: 1319

□□: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

□□□□:

Senioren M50 (50-59 Jahre)

□□□: 39:41

□□: 15.12 km/h

□□□□: 3:58 min/km

□□□□□/□□□: 40 (of 686)

□□□□□/□: 34 (of 543)

□□□□□□: 29:39

□□□□□: 1(of 107)

□□□□□□□: 39:41

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	7:35	3:47	1	-	32	1:33	2.00	7:35	3:47	1	-	42	1:33	
Runde	2.00	8:00	4:00	2	0:03	41	2:03	4.00	15:35	3:53	1	-	41	3:36	
Runde	2.00	8:07	4:03	1	-	38	2:12	6.00	23:42	3:56	1	-	40	5:48	
Runde	2.00	8:04	4:01	1	-	33	2:09	8.00	31:46	3:58	1	-	39	7:57	
Leichtathletikhaf	2.00	7:55	3:57	1	-	41	2:05	10.00	39:41	3:58	1	-	34	10:02	