



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

□□□□

Fritzwanker, Klaus

□□: Weimar

□□: 1183

□□: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

□□□□:

Senioren M50 (50-59 Jahre)

□□□: 46:59

□□: 12.77 km/h

□□□□: 4:42 min/km

□□□□□/□□□□: 218 (of 686)

□□□□□/□: 200 (of 543)

□□□□□□: 29:39

□□□□□: 25(of 107)

□□□□□□□: 39:41

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	8:42	4:20	15	1:07	100	2:40	2.00	8:42	4:20	19	1:07	116	2:40	
Runde	2.00	9:21	4:40	27	1:24	221	3:24	4.00	18:03	4:30	19	2:28	111	6:04	
Runde	2.00	9:42	4:50	39	1:35	260	3:47	6.00	27:45	4:37	19	4:03	154	9:51	
Runde	2.00	9:39	4:49	34	1:35	235	3:44	8.00	37:24	4:40	19	5:38	153	13:35	
Leichtathletikhall	2.00	9:35	4:47	41	1:40	264	3:45	10.00	46:59	4:41	25	7:18	200	17:20	