



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

□□□□

Vogelmann, Bernd

□□: SV Thuringia Königsee

□□: 1160

□□: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

□□□□:

Senioren M50 (50-59 Jahre)

□□□: 46:54

□□: 12.79 km/h

□□□□: 4:41 min/km

□□□□□/□□□: 213 (of 686)

□□□□□/□: 195 (of 543)

□□□□□□: 29:39

□□□□□: 24(of 107)

□□□□□□□: 39:41

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	9:24	4:42	25	1:49	180	3:22	2.00	9:24	4:42	20	1:49	169	3:22
Runde	2.00	9:20	4:40	25	1:23	216	3:23	4.00	18:44	4:41	20	3:09	168	6:45
Runde	2.00	9:19	4:39	22	1:12	193	3:24	6.00	28:03	4:40	20	4:21	167	10:09
Runde	2.00	9:29	4:44	27	1:25	205	3:34	8.00	37:32	4:41	20	5:46	166	13:43
Leichtathletikhall	2.00	9:22	4:41	35	1:27	232	3:32	10.00	46:54	4:41	24	7:13	195	17:15