



# 40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

□□□□

Hausmann, Jörg

□□: ATU Erfurt

□□: 1552

□□: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

□□□□:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

□□□: 52:29

□□: 11.43 km/h

□□□□: 5:15 min/km

□□□□□/□□□: 433 (of 686)

□□□□□/□: 379 (of 543)

□□□□□□: 29:39

□□□□□: 124(of 178)

□□□□□□□: 37:27

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	10:47	5:23	115	3:36	361	4:45	2.00	10:47	5:23	88	2:48	247	4:45
Runde	2.00	10:22	5:11	135	3:02	401	4:25	4.00	21:09	5:17	80	3:53	208	9:10
Runde	2.00	10:28	5:14	128	2:53	385	4:33	6.00	31:37	5:16	86	9:31	244	13:43
Runde	2.00	10:31	5:15	122	2:46	372	4:36	8.00	42:08	5:15	85	12:17	243	18:19
Leichtathletikhall	2.00	10:21	5:10	126	2:53	386	4:31	10.00	52:29	5:14	124	15:02	379	22:50