



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

□□□□

Jäger, Gerd

□□: Döllberger Skialpine Suhl

□□: 969

□□: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

□□□□:

Senioren M50 (50-59 Jahre)

□□□: 52:52

□□: 11.35 km/h

□□□□: 5:17 min/km

□□□□□/□□□: 444 (of 686)

□□□□□/□: 389 (of 543)

□□□□□□: 29:39

□□□□□: 75(of 107)

□□□□□□□: 39:41

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	10:32	5:15	59	2:57	335	4:30	2.00	10:32	5:15	43	2:57	237	4:30
Runde	2.00	10:15	5:07	67	2:18	385	4:18	4.00	20:47	5:11	43	5:12	266	8:48
Runde	2.00	10:33	5:16	75	2:26	400	4:38	6.00	31:20	5:13	40	7:38	257	13:26
Runde	2.00	10:45	5:22	78	2:41	411	4:50	8.00	42:05	5:15	43	10:19	264	18:16
Leichtathletikhaf	2.00	10:47	5:23	81	2:52	429	4:57	10.00	52:52	5:17	75	13:11	389	23:13