



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

□□□□

Jahn, Reiner

□□: Lauffüchse Erfurt

□□: 1025

□□: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

□□□□:

Senioren M60 (60-69 Jahre)

□□□: 1:00:55

□□: 9.85 km/h

□□□□: 6:05 min/km

□□□□□/□□□: 641 (of 686)

□□□□□/□: 518 (of 543)

□□□□□□: 29:39

□□□□□: 23(of 25)

□□□□□□□: 42:27

□□□□

□□□□

□□□

| □□□ | □□ km | □□ □□ | □□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ | □□□ | □□□ km | □□□ □□ | □□□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ |
|---------------------|----------|----------|--------------|---------|---------|---------|---------|-------|-----------|-----------|---------------|---------|---------|---------|---------|
| Runde | 2.00 | 12:00 | 6:00 | 21 | 3:47 | 505 | 5:58 | 2.00 | 12:00 | 6:00 | 11 | 0:04 | 392 | 5:58 | |
| Runde | 2.00 | 11:52 | 5:56 | 23 | 3:22 | 518 | 5:55 | 4.00 | 23:52 | 5:58 | 11 | 1:05 | 390 | 11:53 | |
| Runde | 2.00 | 12:10 | 6:04 | 23 | 3:35 | 518 | 6:15 | 6.00 | 36:02 | 6:00 | 11 | 2:26 | 389 | 18:08 | |
| Runde | 2.00 | 12:21 | 6:10 | 23 | 3:41 | 516 | 6:26 | 8.00 | 48:23 | 6:02 | 11 | 3:52 | 388 | 24:34 | |
| Leichtathletikhalle | 2.00 | 12:32 | 6:15 | 23 | 4:04 | 521 | 6:42 | 10.00 | 1:00:55 | 6:05 | 23 | 18:28 | 518 | 31:16 | |