



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

□□□□

Lepa, Rick

□□□: 20:15

□□: Erfurt

□□: 11.85 km/h

□□: 56

□□□□: 5:04 min/km

□□: 4.00 km

□□□□□/□□□: 159 (of 389)

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelhüringen

□□□□□/□: 125 (of 249)

□□□□□□: 11:54

□□□□:

□□□□□: 14(of 32)

Senioren M30 (30-39 Jahre)

□□□□□□□: 13:15

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	10:22	5:11	14	3:47	134	4:23	2.00	10:22	5:11	13		151	4:22
Leichtathletikhall	2.00	9:53	4:56	16	3:13	107	3:59	4.00	20:15	5:03	14	7:00	125	8:21