



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

□□□□

Okker, Detlef

□□□: 25:02

□□: Kefenrod

□□: 9.59 km/h

□□: 251

□□□□: 6:16 min/km

□□: 4.00 km

□□□□□/□□□: 325 (of 389)

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelhüringen

□□□□□/□: 234 (of 249)

□□□□□□: 11:54

□□□□:

□□□□□: 25(of 26)

Senioren M50 (50-59 Jahre)

□□□□□□□: 14:56

□□□□

□□□□

□□□

| □□□ | □□ km | □□ □□ | □□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ | □□□ | □□□ □□ | □□□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ |
|--------------------|----------|----------|--------------|---------|---------|---------|---------|------|-----------|---------------|---------|---------|---------|---------|
| Runde | 2.00 | 12:16 | 6:08 | 23 | 4:53 | 216 | 6:17 | 2.00 | 12:16 | 6:08 | 9 | 1:14 | 142 | 6:16 |
| Leichtathletikhall | 2.00 | 12:46 | 6:23 | 26 | 5:13 | 233 | 6:52 | 4.00 | 25:02 | 6:15 | 25 | 10:06 | 234 | 13:08 |