



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

□□□□

Knoll, Michael

□□□: 21:59

□□: LG Bad Frankenhausen / Göllingen

□□: 10.92 km/h

□□: 285

□□□□: 5:30 min/km

□□: 4.00 km

□□□□□/□□□: 227 (of 389)

Wertungslauf um den Pokal der Sparkasse Mittelhüringen

□□□□□/□: 176 (of 249)

□□□□□□: 11:54

□□□□:

□□□□□: 44(of 63)

Senioren M40 (40-49 Jahre)

□□□□□□□: 14:23

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	11:05	5:32	42	4:04	169	5:06	2.00	11:05	5:32	18	1:19	204	5:05
Leichtathletikhall	2.00	10:54	5:27	43	3:32	170	5:00	4.00	21:59	5:29	44	7:36	176	10:05