



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

□□□□

Fritsch, Steve

□□□: 42:16

□□: Erfurt

□□: 14.20 km/h

□□: 1182

□□□□: 4:14 min/km

□□: 10.00 km

□□□□□/□□□: 81 (of 618)

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

□□□□□□: 75 (of 500)

□□□□□□: 31:03

□□□□:

□□□□□: 19(of 107)

Senioren M30 (30-39 Jahre)

□□□□□□□: 34:41

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	8:43	4:21	30	1:58	136	2:40	2.00	8:43	4:21	5	0:15	12	0:13
Runde	2.00	8:23	4:11	19	1:28	79	2:17	4.00	17:06	4:16	7		28	4:48
Runde	2.00	8:29	4:14	19	1:24	76	2:15	6.00	25:35	4:15	7		28	7:03
Runde	2.00	8:34	4:16	16	1:27	71	2:18	8.00	34:09	4:16	7		27	9:21
Leichtathletikhall	2.00	8:07	4:03	13	1:19	49	1:56	10.00	42:16	4:13	19	7:35	76	15:48