



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

0000

Konschak, Ulrich

00: Triathlon Nordhausen

00: 1710

00: 10.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

0000:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

000: 34:32

00: 17.37 km/h

0000: 3:27 min/km

00000/000: 8 (of 618)

00000/0: 8 (of 500)

000000: 31:03

00000: 1(of 171)

0000000: 34:32

0000

0000

000

000	00 km	00 00	00 min/km	00 -	00 -	00 0	00 0	000 km	000 00	000 min/km	00 -	00 -	00 0	00 0
Runde	2.00	6:38	3:19	1	-	9	0:35	2.00	6:38	3:19	19		44	
Runde	2.00	6:51	3:25	1	-	8	0:45	4.00	13:29	3:22	29		82	1:11
Runde	2.00	7:08	3:34	1	-	11	0:54	6.00	20:37	3:26	28		80	2:05
Runde	2.00	7:00	3:30	1	-	8	0:44	8.00	27:37	3:27	28		80	2:49
Leichtathletikhall	2.00	6:55	3:27	1	-	8	0:44	10.00	34:32	3:27	1	-	9	8:04