



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

□□□□

Simon, Sven

□□□: 47:14

□□: Klettbach

□□: 12.70 km/h

□□: 1151

□□□□: 4:43 min/km

□□: 10.00 km

□□□□□/□□□: 223 (of 618)

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

□□□□□□: 209 (of 500)

□□□□□□: 31:03

□□□□:

□□□□□: 76(of 171)

Senioren M40 (40-49 Jahre)

□□□□□□□: 34:32

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	9:57	4:58	97	3:19	276	3:54	2.00	9:57	4:58	22	1:27	54	1:27
Runde	2.00	9:36	4:47	87	2:45	243	3:30	4.00	19:33	4:53	35	5:15	100	7:15
Runde	2.00	9:21	4:40	71	2:13	193	3:07	6.00	28:54	4:48	33	7:14	97	10:22
Runde	2.00	9:25	4:42	68	2:25	181	3:09	8.00	38:19	4:47	33	9:20	97	13:31
Leichtathletikhall	2.00	8:55	4:27	61	2:00	149	2:44	10.00	47:14	4:43	76	12:42	210	20:46