



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

□□□□

Jarausch, Hagen

□□: ASV Erfurt

□□: 1260

□□: 10.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

□□□□:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

□□□: 43:28

□□: 13.80 km/h

□□□□: 4:21 min/km

□□□□□/□□□: 110 (of 618)

□□□□□/□: 103 (of 500)

□□□□□□: 31:03

□□□□□: 39(of 171)

□□□□□□□: 34:32

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	8:40	4:19	49	2:02	126	2:37	2.00	8:40	4:19	26	0:10	15	0:10	
Runde	2.00	8:29	4:14	32	1:38	93	2:23	4.00	17:09	4:17	10	2:51	8	4:51	
Runde	2.00	8:41	4:20	30	1:33	90	2:27	6.00	25:50	4:18	10	4:10	29	7:18	
Runde	2.00	8:53	4:26	36	1:53	105	2:37	8.00	34:43	4:20	10	5:44	29	9:55	
Leichtathletikhall	2.00	8:45	4:22	49	1:50	128	2:34	10.00	43:28	4:20	39	8:56	104	17:00	