



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

Recknagel, Michael

Recknagel, Michael

Ort: Suhl

Ort: 1232

Ort: 10.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

Ort: 10.00 km

Senioren M50 (50-59 Jahre)

Ort: 47:03

Ort: 12.75 km/h

Ort: 4:42 min/km

Ort: 217 (of 618)

Ort: 203 (of 500)

Ort: 31:03

Ort: 22(of 89)

Ort: 36:19

Ort: 10.00 km

Ort: 10.00 km

Ort: 10.00 km

Ort	km	Ort	min/km	-	-	Ort	Ort	Ort	km	Ort	min/km	-	-	Ort	Ort
Runde	2.00	9:37	4:48	34	2:37	239	3:34	2.00	9:37	4:48	40	1:13	73	1:07	
Runde	2.00	9:17	4:38	20	1:59	199	3:11	4.00	18:54	4:43	51		91	6:36	
Runde	2.00	9:29	4:44	23	2:08	215	3:15	6.00	28:23	4:43	51		129	9:51	
Runde	2.00	9:26	4:43	17	2:05	188	3:10	8.00	37:49	4:43	51		129	13:01	
Leichtathletikhalle	2.00	9:14	4:36	19	1:55	199	3:03	10.00	47:03	4:42	22	10:44	204	20:35	