



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

0000

Fischer, Steffen

00: SC Impuls Erfurt

00: 1199

00: 10.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

0000:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

000: 47:11

00: 12.72 km/h

0000: 4:43 min/km

00000/000: 221 (of 618)

00000/0: 207 (of 500)

000000: 31:03

00000: 51(of 107)

0000000: 34:41

0000

0000

000

000	00 km	00 00	00 min/km	00 -	00 -	00 0	00 0	000	000 00	000 min/km	00 -	00 -	00 0	00 0
Runde	2.00	9:13	4:36	40	2:28	182	3:10	2.00	9:13	4:36	102	0:45	483	0:43
Runde	2.00	9:30	4:45	55	2:35	230	3:24	4.00	18:43	4:40	31	1:34	134	6:25
Runde	2.00	9:43	4:51	57	2:38	242	3:29	6.00	28:26	4:44	31	2:34	131	9:54
Runde	2.00	9:40	4:49	54	2:33	220	3:24	8.00	38:06	4:45	31	3:27	131	13:18
Leichtathletikhall	2.00	9:05	4:32	40	2:17	170	2:54	10.00	47:11	4:43	51	12:30	208	20:43