



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

□□□□

Kusche, Stephan

□□□: 44:19

□□: Erfurter Hockey Club

□□: 13.54 km/h

□□: 1131

□□□□: 4:26 min/km

□□: 10.00 km

□□□□□/□□□: 135 (of 618)

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

□□□□□/□: 127 (of 500)

□□□□□□: 31:03

□□□□:

□□□□□: 31(of 107)

Senioren M30 (30-39 Jahre)

□□□□□□□: 34:41

□□□□

□□□□

□□□

| □□□ | □□ km | □□ □□ | □□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ | □□□ | □□□ □□ | □□□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ |
|--------------------|----------|----------|--------------|---------|---------|---------|---------|-------|-----------|---------------|---------|---------|---------|---------|
| Runde | 2.00 | 8:33 | 4:16 | 25 | 1:48 | 106 | 2:30 | 2.00 | 8:33 | 4:16 | 17 | 0:05 | 9 | 0:03 |
| Runde | 2.00 | 8:47 | 4:23 | 29 | 1:52 | 134 | 2:41 | 4.00 | 17:20 | 4:19 | 32 | 0:11 | 141 | 5:02 |
| Runde | 2.00 | 8:55 | 4:27 | 31 | 1:50 | 123 | 2:41 | 6.00 | 26:15 | 4:22 | 32 | 0:23 | 138 | 7:43 |
| Runde | 2.00 | 9:00 | 4:30 | 29 | 1:53 | 124 | 2:44 | 8.00 | 35:15 | 4:24 | 6 | 0:36 | 26 | 10:27 |
| Leichtathletikhall | 2.00 | 9:04 | 4:31 | 38 | 2:16 | 167 | 2:53 | 10.00 | 44:19 | 4:25 | 31 | 9:38 | 128 | 17:51 |