



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

□□□□

Meersteiner, Thomas

□□□: 45:35

□□: ASV Erfurt

□□: 13.16 km/h

□□: 1210

□□□□: 4:34 min/km

□□: 10.00 km

□□□□□/□□□: 170 (of 618)

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

□□□□□/□: 158 (of 500)

□□□□□□: 31:03

□□□□:

□□□□□: 40(of 107)

Senioren M30 (30-39 Jahre)

□□□□□□□: 34:41

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	9:30	4:45	48	2:45	215	3:27	2.00	9:30	4:45	21	1:02	75	1:00
Runde	2.00	8:50	4:25	32	1:55	141	2:44	4.00	18:20	4:34	34	1:11	159	6:02
Runde	2.00	9:09	4:34	41	2:04	166	2:55	6.00	27:29	4:34	38	1:37	169	8:57
Runde	2.00	9:09	4:34	35	2:02	143	2:53	8.00	36:38	4:34	38	1:59	170	11:50
Leichtathletikhall	2.00	8:57	4:28	36	2:09	154	2:46	10.00	45:35	4:33	40	10:54	159	19:07