



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

□□□□

Scheel, Ronny

□□□: 55:16

□□: Baldur auf Tour

□□: 10.86 km/h

□□: 1723

□□□□: 5:32 min/km

□□: 10.00 km

□□□□□/□□□: 485 (of 618)

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

□□□□□/□: 421 (of 500)

□□□□□□: 31:03

□□□□:

□□□□□: 150(of 171)

Senioren M40 (40-49 Jahre)

□□□□□□□: 34:32

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	11:09	5:34	153	4:31	412	5:06	2.00	11:09	5:34	51	2:39	125	2:39
Runde	2.00	10:47	5:23	150	3:56	417	4:41	4.00	21:56	5:29	75	7:38	200	9:38
Runde	2.00	11:06	5:32	146	3:58	420	4:52	6.00	33:02	5:30	73	11:22	197	14:30
Runde	2.00	11:17	5:38	150	4:17	420	5:01	8.00	44:19	5:32	73	15:20	197	19:31
Leichtathletikhall	2.00	10:57	5:28	142	4:02	405	4:46	10.00	55:16	5:31	150	20:44	422	28:48