



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

□□□□

Keller, Norbert

□□□: 53:16

□□: Kindelbrück

□□: 11.26 km/h

□□: 1007

□□□□: 5:20 min/km

□□: 10.00 km

□□□□□/□□□: 420 (of 618)

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

□□□□□/□: 375 (of 500)

□□□□□□: 31:03

□□□□:

□□□□□: 67(of 89)

Senioren M50 (50-59 Jahre)

□□□□□□□: 36:19

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	9:48	4:54	38	2:48	255	3:45	2.00	9:48	4:54	61	1:24	129	1:18
Runde	2.00	10:37	5:18	71	3:19	397	4:31	4.00	20:25	5:06	81	-	210	8:07
Runde	2.00	10:44	5:21	70	3:23	383	4:30	6.00	31:09	5:11	42	0:11	207	12:37
Runde	2.00	11:00	5:30	75	3:39	398	4:44	8.00	42:09	5:16	39	0:48	207	17:21
Leichtathletikhalle	2.00	11:07	5:33	80	3:48	419	4:56	10.00	53:16	5:19	67	16:57	376	26:48