



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

0000

Döring, Dirk

00: Erfurt

00: 1434

00: 10.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

0000:

Senioren M30 (30-39 Jahre)

000: 52:28

00: 11.44 km/h

0000: 5:15 min/km

00000/000: 402 (of 618)

00000/0: 358 (of 500)

000000: 31:03

00000: 74(of 107)

0000000: 34:41

0000

0000

000

000	00 km	00 00	00 min/km	00 -	00 -	00 0	00 0	000	000 km	000 00	000 min/km	00 -	00 -	00 0	00 0
Runde	2.00	11:00	5:30	80	4:15	397	4:57	2.00	11:00	5:30	28	2:32	147	2:30	
Runde	2.00	10:07	5:03	71	3:12	334	4:01	4.00	21:07	5:16	45	3:58	224	8:49	
Runde	2.00	10:14	5:06	70	3:09	320	4:00	6.00	31:21	5:13	45	5:29	221	12:49	
Runde	2.00	10:43	5:21	79	3:36	368	4:27	8.00	42:04	5:15	45	7:25	221	17:16	
Leichtathletikhalle	2.00	10:24	5:12	77	3:36	352	4:13	10.00	52:28	5:14	74	17:47	359	26:00	