



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

□□□□

Kranz, Horst

□□□: 51:24

□□: Sondershausen

□□: 11.67 km/h

□□: 1223

□□□□: 5:08 min/km

□□: 10.00 km

□□□□□/□□□: 361 (of 618)

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

□□□□□/□: 326 (of 500)

□□□□□□: 31:03

□□□□:

□□□□□: 53(of 89)

Senioren M50 (50-59 Jahre)

□□□□□□□: 36:19

□□□□

□□□□

□□□

| □□□ | □□ km | □□ □□ | □□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ | □□□ | □□□ □□ | □□□ min/km | □□ - | □□ - | □□ □ | □□ □ |
|--------------------|----------|----------|--------------|---------|---------|---------|---------|-------|-----------|---------------|---------|---------|---------|---------|
| Runde | 2.00 | 9:11 | 4:35 | 23 | 2:11 | 178 | 3:08 | 2.00 | 9:11 | 4:35 | 85 | 0:47 | 479 | 0:41 |
| Runde | 2.00 | 9:57 | 4:58 | 47 | 2:39 | 307 | 3:51 | 4.00 | 19:08 | 4:46 | 50 | | 137 | 6:50 |
| Runde | 2.00 | 10:43 | 5:21 | 69 | 3:22 | 379 | 4:29 | 6.00 | 29:51 | 4:58 | 73 | | 238 | 11:19 |
| Runde | 2.00 | 10:49 | 5:24 | 67 | 3:28 | 374 | 4:33 | 8.00 | 40:40 | 5:04 | 73 | | 238 | 15:52 |
| Leichtathletikhall | 2.00 | 10:44 | 5:21 | 68 | 3:25 | 382 | 4:33 | 10.00 | 51:24 | 5:08 | 53 | 15:05 | 327 | 24:56 |