



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

0000

Räthel, Jens

00: TSSC Erfurt

00: 1457

00: 10.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

0000:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

000: 51:18

00: 11.70 km/h

0000: 5:08 min/km

00000/000: 355 (of 618)

00000/0: 319 (of 500)

000000: 31:03

00000: 114(of 171)

0000000: 34:32

0000

0000

000

000	00 km	00 00	00 min/km	00 -	00 -	00 0	00 0	000 km	000 00	000 min/km	00 -	00 -	00 0	00 0
Runde	2.00	10:35	5:17	128	3:57	347	4:32	2.00	10:35	5:17	71	2:05	106	2:05
Runde	2.00	9:58	4:59	113	3:07	310	3:52	4.00	20:33	5:08	95	6:15	266	8:15
Runde	2.00	10:08	5:03	108	3:00	298	3:54	6.00	30:41	5:06	69	9:01	190	12:09
Runde	2.00	10:12	5:05	105	3:12	296	3:56	8.00	40:53	5:06	93	11:54	263	16:05
Leichtathletikhall	2.00	10:25	5:12	123	3:30	353	4:14	10.00	51:18	5:07	114	16:46	320	24:50