



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

□□□□

Hildebrandt, Ralf

□□□: 45:14

□□: SV Blau-Weiß Büßleben

□□: 13.26 km/h

□□: 1083

□□□□: 4:31 min/km

□□: 10.00 km

□□□□□/□□□: 160 (of 618)

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

□□□□□/□: 159 (of 500)

□□□□□□: 31:03

□□□□:

□□□□□: 57(of 171)

Senioren M40 (40-49 Jahre)

□□□□□□□: 34:32

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	9:01	4:30	58	2:23	162	2:58	2.00	9:01	4:30	159	0:31	463	0:31
Runde	2.00	8:41	4:20	42	1:50	119	2:35	4.00	17:42	4:25	98	3:24	270	5:24
Runde	2.00	8:48	4:24	39	1:40	108	2:34	6.00	26:30	4:25	96	4:50	267	7:58
Runde	2.00	9:26	4:43	70	2:26	188	3:10	8.00	35:56	4:29	96	6:57	267	11:08
Leichtathletikhall	2.00	9:18	4:39	76	2:23	206	3:07	10.00	45:14	4:31	57	10:42	151	18:46